

Eleonora Schirmer

SUPPORTIIVISEN VIESTINNÄN MERKITYS PARISUHTEEN MUODOSTAMISVAIHEESSA

Informaatioteknologian ja viestinnän tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Elokuu 2019

TIIVISTELMÄ

Eleonora Schirmer: ”Supportiivisen viestinnän merkitys parisuhteen muodostamisvaiheessa”

Pro gradu -tutkielma

Tampereen yliopisto

Puheviestinnän maisteriopinnot

Elokuu 2019

Viestinnän tutkimuksessa on vuosikymmenten ajan tutkittu paljon supportiivista viestintää, jonka tarkoituksena on tarjota verbaalista tai nonverbaalista tukea tuen hakijalle. Sosiaalinen tuki (*social support*) on tutkimuksen pääkäsite ja supportiivinen viestintä on sosiaalisen tuen viestinnällistä ilmentymistä (Virtanen 2015, 12). Sosiaalista tukea on tarkasteltu paljon psykologian, sosiologian ja viestinnän tieteenaloilla. Viestinnän kentällä sosiaalista tukea on tutkittu erilaisissa vuorovaikutussuhteissa, joita ovat muun muassa perhe-, ystävyys- ja romanttiset suhteet. Tutkimusta on myös siitä, miten sosiaalinen tuki ilmenee teknologiavälitteisesti, erilaisissa ammateissa ja kulttuureissa sekä sukupuolten välillä. Lisäksi tutkijoita on kiinnostanut jo pitkään selkeä yhteys sosiaalisen tuen ja ihmisen fysiologisen ja psykologisen terveyden parantumisen välillä.

Vaikka sosiaalisen tuen merkitystä esimerkiksi parisuhteissa onkin tarkasteltu, vähemmän huomiota ovat saaneet parisuhdetta vasta muodostamassa olevat ihmiset. Nämä niin niin sanotussa tapailuvaiheessa olevat henkilöt eivät kuulu sinkkujen eivätkä parisuhteessa elävien ryhmään. Tapailuvaiheella tarkoitetaan sellaista parisuhdetta edeltävää vaihetta, jossa ihmiset ovat ennen varsinaista vakiintunutta parisuhdetta. Tässä tutkielmassa keskityttiin selvittämään sitä, millainen merkitys tapailuvaiheessa tapailukumppanilta saadulta sosiaaliselta tuelta on sen kannalta, päädytäänkö tapailuvaiheesta ”viralliseen” suhteeseen. Tutkimusongelmaa lähestyttiin viiden tutkimuskysymyksen, verkkokyselyn ja kymmenen teemahaastattelun kautta. Haastatteluun osallistui viisi naista ja viisi miestä.

Tutkielman tulosten mukaan sosiaalisella tuella on merkitystä sen kannalta, virallistetaanko tapailusuhte. Tulokset osoittavat myös, että sosiaalisen tuen saaminen tapailuvaiheessa oli jonkin verran tärkeämpää naisille. Tuen saamattomuus oli naisten kohdalla myös todennäköisempi tekijä suhteessa tapahtuvan etääntymisen kannalta miehiin verrattuna. Sosiaalisella tuella huomattiin myös olevan yhteyttä siihen, syveneekö tapailusuhte ja miten hyvin tapailusuhteessa voidaan. Vaikka päätulokset kertovat eroista naisten ja miesten välillä, oli loppujen lopuksi molemmille osapuolille supportiivisuuden viestiminen tapailusuhteessa ehdottoman tärkeää.

Avainsanat: supportiivinen viestintä, sosiaalinen tuki, vuorovaikutus, tapailu, tapailusuhte, parisuhde, hyvinvointi

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	3
2 TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA.....	5
2.1 Sosiaalinen tuki	5
2.2 Sukupuolien väliset erot ja samankaltaisuudet sosiaalisessa tuessa	13
2.3 Suhteen kehittymisen kaari.....	16
2.4 Sosiaalinen tuki hyvinvoinnin edistäjänä	27
3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	31
3.1 Tutkimusongelma ja -kysymykset.....	31
3.2 Aineistonkeruu	34
3.3 Aineiston analyysi	38
4. TULOKSET	40
4.1 Tuen hakeminen ja viestiminen.....	40
4.2 Tapailusuhteen syveneminen.....	43
4.3 Vääränlainen tai puuttuva tuki.....	45
4.4 Hyvinvointi tapailusuhteessa	47
4.5 Miesten ja naisten väliset erot	49
5. POHDINTA.....	53
5.1 Tulosten tarkastelu.....	53
5.2 Tutkimuksen arviointi	59
5.3 Jatkotutkimusehdotukset	61
KIRJALLISUUS	63
LIITTEET	72

1 JOHDANTO

Romanttinen tapailu on ollut osa länsimaista kulttuuria lähes vuosisadan ajan (Cate & Lloyd 1992). 2010-luvulla ilmiön laajuudesta ja ajankohtaisuudesta kertoo muun muassa se, että pelkästään yhdellä deittisovelluksella, Tinderillä, on yli 50 miljoonaa käyttäjää maailmanlaajuisesti (Business of Apps 2019). Kaipuu romanttiseen suhteeseen on tuttua myös suomalaisille. Suomalaisista sinkuista jopa 91% toivoo parisuhdetta (Väestöliitto 2019). Parisuhdetta edeltää yleensä vaihe, joka voi kestää muutamista päivistä kuukausiin, minkä jälkeen suhde joko katkeaa tai etenee vakituiseksi parisuhteeksi. Tämän tutkielman tarkoituksena on tarkastella juuri tätä parisuhdetta edeltävää vaihetta.

Parisuhteen muodostumiselle ei ole olemassa vain yhtä kaavaa, mutta monet teoreetikot ovat vuosikymmenten saatossa yrittäneet selvittää miksi ja millä tavalla parisuhteet muodostuvat. Puheviestinnän kentällä aihetta on lähestytty muun muassa sosiaalisen läpäisyn ja epävarmuuden vähentämisen teorioiden avulla. Myös suhteen jatkuvuuteen vaikuttavat monet tekijät. Yksi näistä tekijöistä on yksilön kokemus kumppaniltaan saadusta sosiaalisesta tuesta (Cutrona 1996).

Sosiaalista tukea on tutkittu muun muassa ystävyys- ja perhesuhteissa (Virtanen 2015; Hall et al. 2016), joiden lisäksi yksi tärkeimmistä tutkimuskohteista on ollut vakiintunut romanttinen suhde, useimmiten avioliitto (Cutrona & Suhr 1994, Cutrona 1996). Sosiaalista tukea on tutkittu kasvavassa määrin myös tietokonevälitteisessä viestinnässä (Rains 2017). Lisäksi tärkeitä konteksteja ovat olleet sairaanhoito (Eadie et al. 2018, Mikkola 2005) sekä kulttuurien (Burleson & Mortenson 2003) ja sukupuolten (Burleson 2003; Burleson & Hanasono 2010) väliset erot supportiivisessa viestinnässä. Tähänastinen tutkimus sosiaalisesta tuesta on siis keskittynyt moniin erilaisiin vuorovaikutussuhteisiin, joista tässä tutkielmassa lähimpänä tapailuvaiheen suhdetta voidaan pitää naimisissa olevien parisuhdetta. Yleisesti ottaen tutkittaessa romanttisia suhteita on tutkimuskohteena ollut avioliitto. Aiemmassa tutkimuksessa ei ole siis juurikaan tarkasteltu henkilöitä, jotka ovat vasta parisuhdetta edeltävässä tapailuvaiheessa (amerikkalaisittain dating).

Tämän tutkielman tavoitteena on selvittää, millaista tukea tapailuvaiheessa olevat henkilöt tarvitsevat toisiltaan, jotta tapailu etenisi lopulta ”viralliseksi” parisuhteeksi. Tutkielmassa tarkastellaan sitä, miten supportiivista viestintää toteutetaan ja miten se vaikuttaa tapailusuhteen syvenemiseen sekä suhteessa olevien henkilöiden hyvinvointiin. Tutkielmassa tarkastellaan myös sukupuolten välisiä

eroja supportiivisen viestinnän näkökulmasta. Tutkielman tutkimusongelma onkin seuraava: millainen merkitys tapailuvaiheessa olevien osapuolten keskinäisellä supportiivisella viestinnällä on parisuhteen muodostamisen kannalta?

Tässä tutkielmassa pyritään kuvailemaan supportiivisen viestinnän näkökulmasta sitä parisuhteen muodostamista edeltävää vaihetta (tapailu, *dating*), johon liittyy osapuolten toisiltaan hakeman sosiaalisen tuen merkitys. Tulokset kertovat siitä, millainen supportiivinen viestintä on parisuhteen muodostamisen kannalta tärkeää, mikä vaikuttaa nais- ja miespuolisten haastateltavien mielestä suhteen syvenemiseen ja millaiset tekijät saavat heidät voimaan tapailuvaiheen suhteessa hyvin. Aihetta lähestytään aiemman tutkimuskirjallisuuden avulla sekä haastattelemalla kymmentä tapailuvaiheessa olevaa henkilöä. Lisäksi tutkielmassa käytetään apuna verkossa levitettyä kyselyä, johon vastasi 20 henkilöä. Tutkielman tulosten avulla saadaan tietoa siitä, millainen merkitys supportiivisella viestinnällä on tapailuvaiheessa ja miten supportiivisen viestinnän tutkimusta voitaisiin hyödyntää jatkossa.

2 TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA

2.1 Sosiaalinen tuki

Sosiaalinen tuki (*social support*) on yksi viestinnän tutkimuksen tunnetuimpia käsitteitä. Sitä käsittelevä kirjallisuus on Virtasen ja Isotaluksen mukaan (2011, 25) lisääntynyt tasaisesti interpersonaalisen tutkimuksen kentällä ja sen tutkiminen on tärkeää (Vangelisti 2009, 39). Sosiaalinen tuki on läsnä jokapäiväisessä elämässämme ja sille on olemassa lukuisia määritelmiä. Yksinkertaisimmillaan sosiaalisen tuen voi nähdä Burlesonin ja MacGeorgen mukaan (2002, 374) vuorovaikutuksena, jonka tarkoituksena on tarjota verbaalista tai nonverbaalista tukea sellaiselle henkilölle, jonka katsotaan tarvitsevan tukea. Sosiaalisen tuen tarkoituksena on lohduttaa, antaa neuvoja, tukea itsetuntoa sekä antaa yksilölle tunne yhteisön tuesta esimerkiksi ilmaisemalla kumppanuutta (Kuuluvainen 2016, 26; Cutrona 1996, 4).

Virtasen (2015, 24) mukaan kaikista merkittävin työpanos sosiaalisen tuen tutkimiseen on tullut sosiologian, psykologian ja viestinnän tieteenaloilta. Vaikka sosiaalista tukea on tutkittu monenlaisissa yhteyksissä ja sille on esitetty erilaisia määritelmiä, Williamsin, Barclayn ja Schmiedin (2004, 942) mukaan mitään näistä määritelmistä ei ole hyväksytty lopulliseksi (ks. myös Vangelisti 2009, Hupcey 1998a sekä Virtanen & Isotalus 2011). Myös Vangelisti (2009, 39) toteaa, että kokonaisvaltainen päätelmä siitä, mitä sosiaalinen tuki oikeasti on, puuttuu edelleen. Konsensuksen puuttuminen sosiaalisen tuen määrittelyssä on johtanut siihen, että aihetta käsittelevät tutkimukset eivät ole johdonmukaisia ja niitä on hankalaa verrata keskenään (Williams et al. 2004, Vangelisti 2009). Tutkijoiden mukaan tämä heikentää sosiaalisen tuen mittaamisen validiutta, koska tutkimuksissa käytetään geneerisiä määritelmiä, joista uupuu tarvittava kontekstuaalinen sensitiivisyys (Williams et al. 2004, 942).

Williamsin et al. mukaan (2004, 942–943) sosiaalinen tuki on käsitteenä suhteellisen uusi, vaikka sen merkityksestä on puhuttu jo vuosisatojen ajan. Heidän mukaansa sosiaalisen tuen termi keksittiin vasta 1900-luvun jälkipuoliskolla ja sen jälkeen siihen liittyvä keskustelu on ollut laajaa. Williams et al. (2004) ovat arvioineet kriittisesti sosiaalisen tuen määrittelyn kehitystä kirjallisuudessa ja tämän määrittelyn vaikutuksia sosiaalisen tuen konseptin käyttökelpoisuuteen tutkimuksissa, interventioissa ja kliinisissä käytännöissä. He ovat myös todenneet, että jos sosiaalisen tuen halutaan olevan relevantti ilmiö, sen pitää olla määritelty kontekstiin sopivalla tavalla.

Williams et al. (2004, 944) ovat argumentoineet, että sosiaalinen tuki on vaikeasti määriteltävä käsite myös siksi, että ihmiset käyttävät ja ymmärtävät sen käsitteen lukemattomilla eri tavoilla jopa saman kulttuuri- ja kieliryhmän sisällä. Heidän tutkimustensa mukaan kirjallisuudesta on löydettävä jopa 30 määritelmää sosiaaliselle tuelle. Sosiaalisen tuen määrittelyn kehittämiseen käytetyllä metodilla, syrjäyttävillä määritelmillä ja kirjoittajien teoreettisella perspektiivillä on suuri vaikutus lopullisen määritelmän kannalta. Williamsin et al. (2004) mukaan on kuitenkin mahdotonta operationalisoida kaikkia sosiaaliseen tukeen liittyviä käsitteitä tai huomioida näitä teoreettisia ja käsitteellisiä malleja yhdessä tutkimuksessa. Esimerkiksi Hupcey toteaa (1998a), että kaikilla sosiaalisen tuen määritelmillä on kuitenkin aina jotain yhteistä. Täten tarkastelemalla kokonaisvaltaisesti sosiaalista tukea tutkineiden tutkijoiden näkemyksiä voidaan vetää yhteen sellainen määritelmä, joka kertoo sosiaalisesta tuesta ja sen merkityksestä riittävästi tähän tutkielmaan valitun kontekstin kannalta.

Vangelistin mukaan (2009, 40) sosiaalista tukea kuvaillaan yleensä kolmen perspektiivin kautta. Näitä ovat sosiologinen, psykologinen ja viestinnällinen näkökulma. Sosiologinen näkökulma keskittyy siihen, millä asteella yksilöt integroituvat osaksi sosiaalista ryhmää. Psykologinen näkökulma taas korostaa sitä, millaista sosiaalista tukea koetaan olevan saatavilla. Tähän liittyvät saadun ja koetun tuen käsitteet. Saatu tuki voi olla esimerkiksi muodoltaan kannustavaa ja rakkautta osoittavaa, mutta se saatetaan kokea enemmänkin tietoa antavaksi tueksi. Kolmantena on viestinnän ja vuorovaikutuksen näkökulma. Tällä tarkoitetaan sosiaalisen tuen tutkimuksessa sitä, että tutkimuksessa keskitytään sellaisiin tuen antajan ja saajan välisiin vuorovaikutustilanteisiin, joissa tukea annetaan. Tällöin arvioidaan yleensä verbaalista ja nonverbaalista käytöstä sellaisessa tilanteessa, jossa toiselle yritetään tarjota tukea. Tässä tutkielmassa keskitytään Vangelistin viestinnän ja vuorovaikutuksen näkökulmaan. Perspektiivi on tutkimusongelman kannalta tarkoituksenmukaisin, sillä sosiaalista tukea halutaan tarkastella ja arvioida juuri näissä vuorovaikutustilanteissa, kun tukea annetaan. Viestinnän näkökulman avulla voidaan selvittää osapuolten kahdenkeskistä vuorovaikutusta, joka vaikuttaa taas siihen, miten tapailusuhde etenee.

Sosiaalisesta tuesta käytetään kirjallisuudessa usein termiä supportiivinen viestintä. Käytännössä sosiaalinen tuki on pääkäsite ja supportiivinen viestintä on sosiaalisen tuen viestinnällistä toteutumista (Virtanen 2015, 12). Pohjimmiltaan sosiaalinen tuki nähdään vuorovaikutuksellisenä prosessina ja sillä on monia tehtäviä (Virtanen & Isotalus 2011, 27, 37). Albrecht ja Adelman ovat todenneet (1987, 19; Albrecht & Goldsmith 2003, 265 mukaan), että sosiaalinen tuki viittaa siihen verbaaliseen ja nonverbaaliseen vuorovaikutukseen, jonka tarkoituksena on auttaa hallinnoimaan

epävarmuutta liittyen johonkin tilanteeseen, itseen, toiseen tai suhteeseen. Lisäksi sen tarkoituksena on vahvistaa yksilön kokemusta henkilökohtaisesta kontrollista hänen elämäkokemuksiinsa liittyen. Albrecht ja Goldsmith (2003, 265; ks. myös Virtanen 2015, 24) ovat lisäksi korostaneet, että sosiaalisen tuen tehtävänä on auttaa enemmänkin hallinnoimaan epävarmuutta kuin vähentää sitä.

Sosiaalinen tuki voidaan nähdä informaationa, jolla luodaan toiselle kokemus siitä, että ihminen tuntee olevansa rakastettu ja kunnioitettu, hänestä huolehditaan ja hän kokee kuuluvansa yhteisen sitoutumisen verkostoon (Cobb 1976, 300). Priemin ja Solomonin (2018, 443) mukaan sosiaalinen tuki määritellään sosiaalisiksi resurssiksi, jonka henkilö vastaanottaa tai kokee saavansa muilta ihmisiltä. Virtasen ja Isotaluksen mukaan (2011, 26, 29) sosiaalisen tuen avulla ihminen saa kokemuksen yhteydestä toisiin ihmisiin ja omasta tärkeydestään suhteessa muihin. Heidän mukaansa sosiaalista tukea ilmaiseva supportiivinen viestintä on tarkoituksenmukaista ihmisten käytöstä, jolla on sekä jokapäiväisiä että vain tiettyihin tilanteisiin liittyviä tehtäviä. Sosiaalinen tuki (Virtanen & Isotalus 2011, 30) syntyy sen tuloksena, kun yksilö kokee toisen henkilön olemisen olevan sellaista, että se hyödyttää häntä jollain tavalla. Virtasen ja Isotaluksen mukaan (2011, 30–37) sosiaalisen tuen määritelmät todistavat, että sosiaalisen tuen olemus vaatii toiseuden (*otherness*) elementin. Tyypillisesti tällöin tuen tarjoamisella vastataan siihen jonkin asian puutokseen tarjoamalla sosiaalista tukea. He toteavat myös, että sosiaalinen tuki on tietoisuutta todellisesta tai potentiaalisesta lovesta (*void*) yksilön elämässä ja pyrkimys muuttaa sitä, jotta tämä saavuttaisi kokonaisuuden tunteen. Sosiaaliseseen tukeen liittyy oleellisesti myös termi sosiaalisuus, joka viittaa siihen, että sosiaalisen tuen ytimessä ovat sosiaaliset suhteet ja niiden läsnäolo tai puuttuminen (Cutrona 1996, 9–10).

Sosiaalista tukea eli supportiivista viestintää on olemassa erilaisia tyyppejä, joita yleisimmän käsityksen mukaan on viisi erilaista. Näitä ovat emotionaalinen, informatiivinen, aineellinen, itsetuntoa parantava sekä verkoston antama tuki (Guerrero, Andersen & Afifin 2014, 174; Cutrona & Suhr 1994). Näiden lisäksi Virtanen (2015) on määritellyt sosiaaliseseen tukeen kuuluvaksi myös kokemuskeskeisen tuen. Tutkituimmaksi tuen muodoksi on yleensä valikoitunut Kuuluvaisen mukaan (2016, 27) emotionaalinen tuki. Muun muassa Xun ja Burlesonin tutkimusten mukaan (2001) sosiaalisen tuen muodoista emotionaalinen tuki on parisuhteissa olevien toivotuin tapa saada tukea ja lohdutusta.

Emotionaaliseksi tueksi (*emotional support*) luetaan yleisimmin toiminta, jonka avulla tuen saajalle osoitetaan huolenpitoa, välittämistä, rakkautta ja kiinnostusta varsinkin silloin, kun henkilö on poissa tolaltaan tai stressaantunut. Emotionaalisella tuella tartutaan niihin asioihin, jotka ovat erityisen henkilökohtaisia: käsityksemme itsestämme, asiat joita tavoittelemme, toiveemme, pelkomme ja syvimmit tunteemme. Emotionaalista tukea tarjotaan yleensä kuuntelemalla, osoittamalla empatiaa, legitimoimalla toisen tunteita ja kehottamalla toista aktiivisesti tutkimaan näitä koettuja tunteita. Emotionaalinen tuki nähdään useimmiten avaintekijänä läheisissä ihmissuhteissa. (Burleson 2003, 2.) Esimerkkejä erilaisista sosiaalisen tuen muodoista havainnollistetaan tässä kappaleessa kuvitteellisen hahmon, Kirsin, kautta.

Kirsi on viikonloppuna ollut käymässä vanhempiansa luona ja ajautuu siellä riitaan äitinsä kanssa. Tullessaan kotiin Kirsi kertoo riidasta poikaystävälleen, joka ensin kuuntelee Kirsin kertomuksen ja haluaa tätä. Hän auttaa Kirsiä käsittelemään tunteitaan riitaan liittyen ja kertoo tälle, että hänen tunteensa ovat oikeutettuja. Lopuksi hän kertoo Kirsille rakastavansa tätä ja olevansa aina hänen tukenaan. Poikaystävä tarjoaa siis emotionaalista tukea.

Itsetuntoa parantava tuki (*esteem support*) on osa emotionaalista tukea. Sillä viitataan yleisimmin sellaiseen tuen muotoon, jonka myötä ihmiselle tulee sellainen olo, että hän voi arvostaa itseään, ominaisuuksiaan, kykyjään ja saavutuksiaan. Tällä tuella vahvistetaan toisen käsitystä siitä, että hän on arvokas. (Cobb 1976, 301; Holmstrom & Burleson 2011, 326, 351.) Itsetuntoa parantava tuki voisi olla esimerkiksi seuraavanlaista: Kirsin poikaystävä on jättänyt hänet monen vuoden seurustelun jälkeen. Kirsin ystävä haluaa auttaa Kirsiä tuntemaan itsensä arvostetuksi, joten hän kertoo Kirsille, kuinka taitava hän on monissa muissa asioissa elämässään. Hän voi esimerkiksi kehua Kirsin taitoja loistavana balettitanssijana. Lisäksi hän muistuttaa Kirsiä siitä, että hän on juuri saanut töissä ylennyksen. Tällä tavalla hän vahvistaa Kirsin ajatusta siitä, että hän on edelleen arvokas ja hänen on syytä olla itsestään ylpeä.

Informatiivisella tuella (*informational support*) tarkoitetaan sellaista tukea, jonka avulla tuen hakija saa tietoja tai faktoja liittyen kyseiseen tilanteeseen, johon hän on hakenut tukea. Informatiivinen tuki on siis esimerkiksi neuvojen tai palautteen antamista liittyen johonkin tapahtuneeseen asiaan. (Malecki & Demaray 2003, 222–223.) Kirsin tapauksessa tilanne voisi olla seuraavanlainen: hän tahtoo lähteä Australiaan töihin, mutta hän ei tiedä mitään viisumeista tai muistakaan käytännön asioista. Kirsin kertoessa ongelmastaan ystävälleen tämä auttaa Kirsiä kertomalla omista

kokemuksistaan ja siitä, mitä kaikkea Australiaan lähtiessä pitää ottaa huomioon. Hän siis antaa Kirsille neuvoja, joiden myötä Kirsi saa tietoa ongelmiansa ratkaisua varten.

Aineellinen tuki (*tangible support*) viittaa tukeen, joka on jollain tavalla konkreettista. Tällaisia tuen muotoja ovat esimerkiksi rahallinen tai jonkinlainen materiaallinen apu tai palvelus. (Malecki & Demaray 2003, 223.) Kirsin tapauksessa aineellinen tuki voisi olla seuraavanlaista: hänen juuri erottuaan poikaystävästään on edessä muutto toiseen asuntoon. Ystävien tietäessä Kirsin valtavan tavaramäärän nämä tarjoutuvat muuttoavuksi ja tulevat jo edellisenä iltana pakkaamaan tämän tavaroita. Tämän lisäksi Kirsin vanhemmat laittavat tämän tilille rahaa muuttoauton vuokrausta varten.

Viimeisenä sosiaalisen tuen muotona pidetään verkoston antamaa tukea (*network support*). Tämä tuki voidaan nähdä sellaisena tukena, jonka avulla yksilö kokee kuuluvansa johonkin yhteisöön. Lisäksi muutkin yhteisön jäsenet tietävät, ketä yhteisöön kuuluu. (Cobb 1976, 301.) Tällainen yhteisö voi olla esimerkiksi ystäväpiiri, jossa kaikki jäsenet ovat tasavertaisia ja sen jäsenet tietävät, keitä ryhmään kuuluu. Esimerkiksi Kirsillä on tiivis neljän hengen opiskelijaporukka, joka on pysynyt hänen mukanaan opiskeluajoista lähtien. He ovat yhteydessä edelleen viikoittain. Ystävät laittavat Kirsille viestejä, joilla he ilmaisevat Kirsin olevan heille tärkeä. Näin he tarjoavat hänelle verkoston tukea.

Supportiivisten kanssakäymisten lopputuloksiin vaikuttavat lukuisat eri tekijät ja jotkin tuen muodot ovat toimivampia tiettyjen stressitekijöiden kanssa kuin toiset (Virtanen & Isotalus 2011, 27; Cutrona & Russel 1990, 97; Holmstrom et al. 2015; Uchino 2009; Bodie 2011). Näitä vaikuttavia tekijöitä ovat Burlesonin mukaan (2009, 21, 23) ainakin *supportiivisen viestin ominaisuudet* (verbaalinen ja nonverbaalinen sisältö), *auttajan ja vastaanottajan ominaisuudet* (demografiset tekijät kuten sukupuoli, fyysinen viehättävyys, kognitiiviset kyvyt ja persoonallisuus; Bodie 2011, 536; Burleson 2009, 25), *heidän välisensä suhde sekä vuorovaikutuskonteksti* (Burleson 2009, 21, 25). Myös tuen antamisen ajoituksella on todettu olevan tärkeä merkitys tuen toimivuuden kannalta (Uchino 2009). Burleson ja Hanasono (2010, 293) toteavat, että näistä tekijöistä tukea antavan viestin verbaalinen sisältö on kaikista tärkein. Sosiaalisen tuen vaikuttavuutta tutkitaan pääsääntöisesti niin, että tuen saajat arvioivat supportiivisten viestien tehokkuutta sellaisten ulottuvuuksien kautta kuin auttava–ei auttava (*helpful–unhelpful*), hienotunteinen–ei hienotunteinen (*sensitive–insensitive*) ja tukea antava–ei tukea antava (*supportive–unsupportive*). Auttavalla viestillä viitataan viestin sisällön

hyödyllisyyteen ongelmanratkaisussa, hienotunteinen viesti tiedostaa emotionaalisuuden merkityksen ja tukea antava viesti taas tuottaa suhteeseen liittyvää vakuuttelua. (Goldsmith et al. 2000, ks. myös Bodie et al. 2012.)

Jo aiemmin tässä tutkielmassa on mainittu, että tähänastisen tutkimustuloksen mukaan yleisesti ottaen toivotuin ja toimivin tuen muoto on emotionaalinen tuki (Xu & Burleson 2001, ks. myös McLaren & High 2015), ja se on myös erityisen hyvä tuen muoto silloin, kun kohdataan stressitekijä, jota ei ole helppo ratkaista (Ray et al. 2018, 1–2). Tästä voidaan siis päätellä, että kun supportiivisen vuorovaikutuksen tärkein ominaisuus näyttäisi olevan siinä tuotetun viestin sisältö, kannattaisi tämän viestin olla verbaaliselta ja nonverbaaliselta muodoltaan emotionaalista tukea antava.

Kuitenkin muutkin supportiiviset viestintäkäytännöt ovat osoittautuneet toimiviksi tilanteissa, joissa haetaan tukea. Esimerkiksi Rainsin et al. (2017) tutkimustulokset osoittivat, että ihmisen kohdatessa kontrolloitavan stressitekijän informatiivinen tuki on hyödyllisempää kuin emotionaalinen tuki. Myös Priem ja Solomon (2018) ovat päätyneet samankaltaisiin tuloksiin. Heidän mukaansa vuorovaikutuksessa tapahtuu eniten emotionaalista kehittymistä silloin, kun tuen koetaan olevan täsmällisesti tukea antavaa (*explicitly supportive*) eli tuen saajan ominaispiirteiden ja kontekstin huomioonottavaa (ks. myös Burleson & Mortenson 2003, 115; Uchino 2009, 243). Tästä hyvä esimerkki on myös kuuntelu. Bodie ja et al. (2018, 136) huomasivat, että yksilöt, jotka arvostavat kuuntelua tuen antamisen muotona arvioivat myös tuen antajan kuuntelutaitoja positiivisemmin.

Lisäksi Jones (2004, 338; ks. myös Jones & Wirtz 2006; Cannava, High, Jones & Bodie 2018) on todennut, että kun ihminen kohtaa harmittavan tapahtuman, hän kokee olonsa paremmaksi silloin, kun auttaja on tuottanut henkilökeskeisiä viestejä (*person-centered messages*). Samassa tutkimuksessa todettiin myös, että tuen antaja koettiin pätevämmäksi silloin, kun hän antoi nonverbaalista tukea välittömästi (esimerkiksi halasi tuen hakijaa). Henkilökeskeisillä viesteillä (Burleson 1994) tarkoitetaan sellaisia viestejä, joiden avulla ilmaistaan myötätuntoa, rohkaistaan toista käsittelemään tunteitaan ja hyväksytään tämän emotionaalisia ja kognitiivisia olotiloja. Yleensä näihin viesteihin viitataan hyvin henkilökeskeisillä viesteillä (*high person centeredness, HPC messages*) ja hieman henkilökeskeisillä viesteillä (*low person centeredness, LPC messages*). Verbaalisia henkilöön keskittyviä viestejä (*verbal person centeredness*) on tutkittu todennäköisesti kaikista eniten niistä piirteistä, jotka liittyvät supportiiviseen vuorovaikutustoimintaan ja ne vaikuttavat ainakin osittain supportiivisen vuorovaikutuksen lopputulokseen (Bodie 2011, 536, 548).

Feng ja Burleson (2008) ovat todenneet, että tuen antaminen neuvon muodossa on tehokasta silloin, kun tuen antaja kykenee kuvaamaan neuvotun toimintatavan tehokkuuden, havainnollistaa sen käyttökelpoisuutta, huomioi neuvoon liittyvät mahdolliset rajoitukset ja käyttää kohteliaita strategioita antaessaan näitä neuvoja. Lisäksi sensitiivisyys liittyen tuen saajan kasvojen säilyttämiseen on osoittautunut hyödylliseksi tavaksi tarjota tukea (Burleson & Goldsmith 1998, 273).

Muita supportiivisen vuorovaikutuksen lopputuloksiin vaikuttavia tekijöitä on esimerkiksi näkymätön tuki (Bolger et al. 2000, 953–954), joka on todettu toimivaksi tuen osoittamisen muodoksi. Tällä tarkoitetaan sellaista tuen osoittamisen muotoa, jota tuen saaja ei oikeastaan edes huomaa. Näkymätön tuki annetaan niin taidokkaasti tai kohteliaasti, että vastaanottaja ei ole omassa mielessään ymmärtänyt sitä tuen muodoksi. Esimerkkejä näkymättömästä tuesta voivat olla vaikkapa puolison ilman erillistä pyyntöä tekemät kotityöt tai ystävältä epäsuorasti saatu neuvo, jota annettaessa ei ole kiinnitetty liikaa huomiota tuen saajan kokemaan stressitekijään. Tällaiset näkymättömät tukea antavat vuorovaikutustapahtumat edistävät myös sopeutumista isoon stressitekijään.

Huomionarvoista on myös se, että ihmisen motivaatiolla on vaikutusta siihen, mitkä supportiiviset viestit ovat hänen kohdallaan toimivia. Don ja Hammond (2017) ovat todenneet, että tuen etsijän motivaatio ja käytös ovat pääasiallisia myötävaikuttajia tehokkaissa, tukea antavissa vuorovaikutustilanteissa. Bodien mukaan (2011, 548) ihmiset ovat vakavamman stressitekijän kohdatessaan motivoituneempia noudattamaan ja prosessoimaan saamansa supportiivisen viestin sisältöä. Lisäksi ihmiset, joilla on suurempi motivaatio prosessoida supportiivisia viestejä myös prosessoivat kyseisiä viestejä syvällisemmin. Eli käytännössä yksilön tekemä prosessoinnin syvyys ennakoii supportiivisen viestin sisällön ja sen lopputuloksen välistä suhdetta. Vaikka yksilö saisi riittävän hyvää tukea, vaikuttaa kokemukseen tuen toimivuudesta yksilön käsitys niistä eroista, jotka hän näkee toivomansa ja saamansa tuen välillä (Xu & Burleson 2001, 540) ja se, miten hän arvioi supportiivisia viestejä (Bodie et al. 2012).

Sosiaalisen tuen vaikutusten arvioidaan usein olevan vain positiivisia, mikä on ongelmallista (Vangelisti 2009, 41; McLaren & High 2015). Tämä johtuu siitä, että tuen antamisen ja vastaanottamisen lopputulokseen vaikuttavat niin monet erilaiset asiat. Kaikki ihmiset eivät myöskään halua saada tukea. Usein kyseessä on ristiriita sen välillä, millaista tukea halutaan ja

millaista saadaan eli niin kutsutut aukot tuessa (*support gaps*) (Xu & Burleson 2001; ks. myös McLaren & High 2015). Aiemmat tutkimukset ovat Vangelistin mukaan (2009, 41) osoittaneet, että sosiaaliseen tukeen liittyvät lopputulokset ovat sekä positiivisia että negatiivisia. Hänen mukaansa tuen saaminen voi aiheuttaa yksilössä epävarmuutta omaa osaamistaan tai itsetuntoaan kohtaan. Lisäksi tuen tarjoaminen voi herättää pelkoa siitä, että joku ulkopuolinen saa tietää niistä heikkouksista, joiden suhteen yksilö on saamassa tukea. Lisäksi tuen vastaanottaminen voi johtaa ajatukseen ei-toivotusta kiitollisuudenvelasta tai se voi saada yksilön liian riippuvaiseksi toisen henkilön antamasta tuesta. Tuen tarjoamisessa ongelmallista voi olla myös se, että tuen saaja voi kokea, ettei hän täytä tuen antajan vaatimuksia siitä, miten hänen kuuluisi selvittää ongelmansa kanssa. Lisäksi ongelmia voi tuottaa se, että tuen saaja ei koe, että mahdollinen tuen antaja voisi antaa juuri hänelle sopivaa tukea.

Myös Uchino (2009, 242) on pohtinut niitä negatiivisia vaikutuksia, joita sosiaaliseen tukeen voi liittyä. Hänen mukaansa yksi selitys näille vaikutuksille voi olla se, että stressaavissa tilanteissa ihmiset etsivät enemmän tukea, jolloin he myös raportoivat enemmän tuen tarpeestaan. Uchino toteaa, että tutkijoiden pitäisi tarkastella yksilöiden saamaa tukea pidemmän ajan kuluessa, koska se saattaa kuvata yksilön yritystä mobilisoida tukea. Yleensä ajan kuluessa nähdään, onko saatu tuki auttanut ratkaisemaan stressitekijän. Toisena syynä hän pitää tuen antajaa, kuten Burlesonkin (2012) on todennut. Jos tuen tarjoaja kokee huolta tai ahdistuneisuutta siitä, miten hyvin hän voi antaa toiselle tukea, hän usein päätyy antamaan arkipäiväisempää tai automaattisempaa tukea kuin olisi hyödyllistä. Kolmanneksi syyksi Uchino esittää konfliktit suhteessa. Jos sellaisia löytyy ja suhteessa on olemassa samanaikaisesti positiivisuutta ja negatiivisuutta, nämä tekijät voivat heikentää saadun tuen vaikuttavuutta. Neljänneksi Uchino toteaa, että tuen koettuun hyödyttömyyteen voi liittyä se, että tuen saaja kokee tuen laskevan itsetuntoaan tai se vaikuttaa uhkalta vastaanottajan itsetunnon kannalta. Don ja Hammond (2017, 1121) ovat taas löytäneet vahvistusta sille, että tuen hakijan käytös ja motivaatio ennustavat sitä, millainen käytös tuen antajalla on tuenantotilanteessa.

Myös Virtanen ja Isotalus (2011, 37–38) ovat arvioineet tuen antamisen epäonnistumisen johtuvan monista eri syistä. Heidän mukaansa tuen antamisessa tarkoituksena on jollain tavalla muuttaa tai korjata toisen kokemaa ”lovea” tai ”tyhjiötä”, jotta tämä kokisi taas kokonaisuuden tunteen. Tämä saattaa epäonnistua heidän mukaansa esimerkiksi siksi, että tuen antaja ei tunnista lovea, hän yrittää käsitellä lovea sellaisella tavalla, että tuen saaja ei koe tuen muodon olevan hyödyllinen tai annettu tuki ei huomioi tuen saajan emotionaalisia kokemuksia loven suhteen. Voi myös olla, että tuen saaja

ei halua vielä kohdata lovea sen autenttisessa muodossa, esimerkiksi tunnustaa loven laatua tai laajuutta. Virtanen ja Isotalus toteavat vielä (2011, 38), että tuki on todennäköisesti toimivampaa silloin, kun tuen antaja ja saaja ovat samaa mieltä siitä, mitä tarkoittaa kokonaisuus loven jälkeen ja millaisilla keinoilla se saavutetaan (ks. myös McLaren & High 2015). Toisaalta myös sillä voi olla merkitystä, millaisesta ongelmasta on kyse: Iida et al. (2008, 474) totesivat, että tuen tarjoajat antavat tukea epätodennäköisemmin sellaisissa tilanteissa, joissa he näkevät tuen saajan kokevan niin sanotusti vähäisempää stressiä (äidin kuolema verrattuna lempinäyttelijän kuolemaan) tai vähemmän stressaavia tilanteita (jatkuva lyöminen parisuhteessa verrattuna jatkuva epäonnistuminen taiteellisten valokuvien ottamisessa). Tällä tavalla tehty arvio voi olla toisaalta hyödyllinen, sillä se säästää tuen antajan voimavaroja. Toisaalta taas se saattaa antaa tuen saajalle sellaisen kuvan, etteivät hänen ongelmansa ole toisen mielestä tarpeeksi suuria. Tällainen tuki luokitellaan tässä tutkielmassa myös puuttuvaksi tueksi.

Kaiken kaikkiaan se, miksi tuen antaminen ei aina onnistu, riippuu monesta eri tekijästä. Tutkittaessa sosiaalista tukea on oleellista huomioda, että tuen antaja tai auttaja ei voi karkottaa toisen ihmisen epävarmuutta jostain, vaan tuen vastaanottaja on itse kokemuksestaan vastuussa (Virtanen & Isotalus 2011, 31). Tärkeää olisi pystyä yhdistämään stressaavan tilanteet ominaisuudet ja ne tuen muodot, jotka sopivat kyseiseen tilanteeseen (Cutrona & Russell 1990). Jatkossa voisikin olla tarpeellista kysyä perinteisen ”mitä sosiaalinen tuki on?” -kysymyksen sijaan, mitä sosiaalinen tuki merkitsee ihmisille (Williams et al. (2004, 957). Siirtämällä tutkimuksen painopistettä vielä enemmän kohti ihmisten omia kokemuksia ja niiden merkitysten vaikutuksia jokapäiväiseen elämään voitaisiin päästä lähemmäs niitä positiivisia vaikutuksia, mitä sosiaalisella tuella on.

2.2 Sukupuolien väliset erot ja samankaltaisuudet sosiaalisessa tuessa

Länsimaisessa kulttuurissa on suhteellisen yleinen käsitys, jonka mukaan miesten ja naisten välillä on eroavaisuuksia sen suhteen, mitä he ajattelevat suhteessa tarvittavasta tuesta. Aiempi tutkimus on kuitenkin osoittanut, että suurimmat eroavaisuudet supportiivisen viestinnän arviointiin liittyen löytyvät enimmäkseen kulttuurien väliltä vertailtaessa kollektivistisia ja individualistisia kulttuureita (Xu & Burleson 2001; Burleson & Mortenson 2003; Burleson 2003). MacGeorgen et al. mukaan (2004; ks. myös Burleson 2003; Burleson & Hanasono 2010; Neff & Karney 2005) tarkasteltaessa

toivottuja tuen antamisen muotoja ja vastauksia supporttiivisiin viesteihin on miesten ja naisten välillä vain pieniä eroavaisuuksia.

Läheisissä ihmissuhteissa olevien henkilöiden vuorovaikutustaitojen arvioinnit ovat osoittaneet, että miehillä ja naisilla on olennaisesti samanlaisia käsityksiä ja odotuksia läheisten suhteiden säännöistä. Sekä miehet että naiset näkevät läheiset ihmissuhteet keinona, joiden avulla voidaan keskittyä molempien osapuolten itsen tutkimiseen, validointiin ja tukemiseen. Lisäksi sellaisten vuorovaikutustaitojen ilmaiseminen, kuten minän tukeminen, lohduttaminen ja konfliktin hallinta, ovat molempien sukupuolten mielestä erityisen tärkeitä. Sekä miehet että naiset raportoivat esimerkiksi tuntevansa olonsa paremmaksi silloin, kun he saavat HPC-viestejä ja välitöntä nonverbaalia lohdutusta. (Burleson 2003, 7, 12–13.) Molemmilla sukupuolilla on todettu myös kiintymyssuhteiden vaikuttavan tuen hakemiseen (ks. Simpson et al. 2002). Lisäksi miehet ja naiset raportoivat tarvitsevänsä ja saavansa puolisoiltaan eniten emotionaalista tukea, jonka lisäksi yleisimmät tuen muodot ovat aineellinen ja itsetuntoa parantava tuki. Informatiivinen ja verkoston antama tuki eivät näyttäytyneet naimisissa olevien mielestä niin keskeisiltä tuen muodoilta avioliitossa. (Xu & Burleson 2001, 560.)

Tutkimusten mukaan molemmat sukupuolet ovat samaa mieltä myös siitä, millaiset viestit auttavat vähentämään emotionaalista stressiä. Sekä miehet että naiset uskovat, että huolellinen tunteiden työstäminen ja tutkiminen ovat parhaita tapoja lohduttaa toista ja heitä itseään saa parhaiten lohdutettua samankaltaisilla viesteillä. Yhteisenä tekijänä toimii osaltaan myös se, että miehet ja naiset näyttäisivät etsivän lohdutusta stressiinsä todennäköisemmin nais- kuin miespuoliselta henkilöiltä. Kaiken kaikkiaan ne funktiot, joilla miehet ja naiset kokevat läheisten suhteiden toimivan, ovat paljon enemmän samanlaisia kuin erilaisia. (Burleson 2003, 7–19.)

Eroavaisuuksiakin kuitenkin löytyy. MacGeorge et al. (2003) ovat todenneet, että erovaisuudet miesten ja naisten välillä saattavat ilmaantua siksi, että miehet ja naiset reagoivat erilailla niihin tilanteellisiin tekijöihin, jotka vaikuttavat motivaatioon tuottaa sensitiivistä emotionaalista tukea. Neff ja Karney (2005) ovat todenneet, että miehet ja naiset eivät juurikaan eroa sen suhteen, miten he antavat kumppanilleen tukea, vaan siinä milloin he antavat tälle tukea. Tutkimukset ovat osoittaneet, että naiset ovat yleisesti ottaen tyytymättömämpiä suhteissa saamaansa tukeen (Cutrona 1996; ks. myös Xu & Burleson 2001), kriittisempiä loukatuksi tulemisen suhteen (McLaren & Solomon, 2008) ja parisuhdeorientoituneempia miehiin verrattuna (Weiger & Ballard-Reisch 2014, 327). Naiset myös

haluavat huomattavasti enemmän erilaisia tuen muotoja puolisoiltaan kuin miehet ja miehet taas ovat tyytyväisempiä siihen tukeen, mitä puolisoltaan saavat (Xu & Burleson 2001, 554). Toisaalta Xu ja Burleson (2001, 556) ovat argumentoineet, että miehet eivät välttämättä tarvitse vähemmän tukea kuin naiset, he vain eivät halua näyttää omaavansa tällaisia tarpeita välttyäkseen vaikuttamasta heikoilta.

Burleson ja Hanasono (2010, 296) ovat siteeranneet aiempia tutkimuksia, joissa on tutkittu sukupuolten välisiä eroja liittyen naisten ja miesten kokemaan supportiivisten viestien toimivuuteen. Heidän mukaansa sekä miehet että naiset arvioivat henkilöön keskittyvät viestit (HPC) hyödyllisemmiksi kuin vähän henkilöön keskittyvät viestit (LPC). Kuitenkin naiset arvioivat HPC-viestit yleensä hyödyllisemmiksi kuin miehet. Miehet taas arvioivat LPC-viestit hieman hyödyllisemmiksi kuin naiset. Toisin sanoen miehille riittää hieman vähemmän heidän tunteensa huomioon ottava, tukea ilmaiseva viesti. Tutkimusten mukaan miehet eivät myöskään tunne oloaan niin viihtyisäksi ja päteväksi keskustellessa toisten ahdistuneista emotionaalisista tiloista kuin naiset (ks. Xu & Burleson 2001, 537). Xun ja Burlesonin tutkimus osoitti (2001, 554), että miehet kokivat saavansa puolisoiltaan vähemmän informatiivista tukea kuin naiset.

Simpson et al. (2002) totesivat, että myös ne naiset, joilla on turvallisemmat kiintymysmallit omilta vanhemmiltaan, tarjoavat tapailukumppanilleen enemmän tukea, jos kumppani hakee enemmän tukea. Lisäksi nämä naiset tarjoavat tukea vähemmän, jos tapailukumppani hakee tukea vähemmän. Tutkijoiden mukaan naiset huomaavat erot huonojen ja hyvien supportiivisten viestien välillä tarkemmin kuin miehet. Lisäksi naisten arvioihin romanttisen puolison tukea antavasta toiminnasta vaikuttaa enemmän puolison vuorovaikutuksen sisältö. Naiset myös antavat enemmän arvoa supportiivisille vuorovaikutustaidoille läheisissä suhteissaan ja ovat vastaanottavaisempia toisten tekemiä tukea antavia pyrkimyksiä kohtaan kuin miehet. Jos naiset kokevat saavansa hyvää tukea, he myös kokevat vähemmän fysiologista stressiä: miehillä tämän ei ole huomattu vaikutuksia stressitasoihin (ks. Burleson & Hanasono 2010, 297.) Neff ja Karney (2005, 88) toteavat, että naiset ovat yleensä taitavampia arvioimaan toisen antamia nonverbaalisia vihjeitä ja tarjoavat sitten tukea, minkä vuoksi he odottavat tätä myös mieheltään.

Kaiken kaikkiaan aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella voidaan osoittaa, että sosiaalinen tuki on tärkeä ja tutkimisen arvoinen aihe, sillä sosiaalinen tuki vaikuttaa ihmiseen kaikissa suhteissa hänen elämänsä aikana. Esimerkiksi Virtasen mukaan (2009, 118) Suomessa on ollut suhteellisen

vähän tutkimusta supportiivisesta viestinnästä. Lisäksi sosiaalisen tuen hakemiseen keskittyvä tutkimus on jäänyt hänen mukaansa vähemmälle huomiolle yleisesti ottaen kaikkialla, missä sosiaalista tukea on tutkittu.

2.3 Suhteen kehittymisen kaari

Tarkastellessa sosiaalisen tuen merkitystä tapailuvaiheen suhteen siirtyessä kohti parisuhdetta on oleellista huomioda se, miten parisuhteet kehittyvät ja millaisia vaiheita niistä on löydettävissä. Romanttisten suhteiden kehittyminen on monimutkainen prosessi, jossa aikaisemmin autonomiset yksilöt menevät kohti tilannetta, jossa he mieltävät itsensä sosiaalisesti yksiköksi (Solomon & Knobloch 2004). Sosiaalinen yhteys nähdään oleellisena ihmisen perustarpeena (Ryan & Deci 2000) ja tukea pidetään läheisten ihmissuhteiden ydinelementtinä (Virtanen & Isotalus 2011, 30). Iida et al. (2008) ovat myös todenneet, että ensisijainen tapa, jolla aikuiset ihmiset täyttävät sosiaalisen yhteyden tarpeen, on muodostaa intiimi suhde toisen ihmisen kanssa.

Virtasen ja Isotaluksen mukaan (2011, 27) monet tutkimukset ovat osoittaneet, että tietyissä vuorovaikutussuhteissa annetaan enemmän tukea kuin toisissa. Avioliitossa olevien henkilöiden keskinäistä suhdetta tutkineen Cutronan (1996) mukaan kaikista tärkein sosiaalinen tuki saadaan yleensä niiltä ihmisiltä, jotka ovat meille läheisimpiä. Huomioonotettava määrä kirjallisuutta on todennut, että tehokkaalla sosiaalisella tuella intiimien suhteiden osapuolien välillä on elintärkeä rooli suhteen laadun ja henkilökohtaisen hyvinvoinnin kannalta (ks. Don & Hammond 2017, 1119–1112; Goldsmith et al. 2000, 370, 388).

Tutkimusten mukaan tuen saaminen muista lähteistä ei voi kompensoida intiimeistä tai avioliittolisista suhteista saatavan tuen puuttumista (Xu & Burleson 2001, 536; Kontula et al. 1998, Virtanen 2009 mukaan). Parisuhteet hyötyvät jatkuvasta supportiivisesta käytöksestä, jonka molemminpuolisuus luodaan jo suhteen alkuvaiheessa (Cutrona 1996, 2). Luottamusta läheisissä ihmissuhteissa tutkineiden Holmesin ja Rempellin mukaan (1989, 118) luottamuksen perusta muodostuu niistä odotuksista, jotka keskittyvät erityisesti partnerin kykyyn huomioda ja olla responsiivinen toisen osapuolen tarpeisiin sellaisissa tilanteissa, joissa tämä on hänestä riippuvainen.

Berscheidin mukaan (1994, 104) aiempi tutkimus osoittaa vahvasti, että odotukset liittyen partnerilta saatavaan tukeen ovat hyvin todennäköisesti tärkeitä osatekijöitä sen suhteen, millaisia skeemoja eli ajatusmalleja ihmisillä on parisuhteista. Myös Xu ja Burleson (2001, 536) toteavat, että aiempi tutkimus osoittaa, että sosiaalinen tuki on yksi tärkeimmistä edellytyksistä naimisissa olevien ihmisten suhteissa. Silläkin on suuri merkitys, kuinka autonomiseksi yksilöt kokevat kuulumisensa parisuhteeseen: jos yksilöllä on tunne autenttisuudesta ja itse valitusta panostamisesta suhteeseensa, hän todennäköisemmin lähestyy kumppania avoimesti ja rehellisesti hakiessaan tukea ja kokee supportiivisen vuorovaikutuksen mahdollisuutena läheisyyteen ja kasvuun (Don & Hammond 2017, 1112). Iida et al. (2008, 473) toteavat myös, että niinä päivinä, kun yksilö saa puolisoiltaan tukea, hän todennäköisemmin itsekin tarjoaa tälle tukea.

Suhteet myös kehittyvät eri tavoin. Suomessa tapailu ja parisuhteen aloittaminen ovat omanlaisensa konsepti verrattuna esimerkiksi Amerikkaan. Poutiaisen (2005, 123) mukaan käsite *dating* viittaa yleisimmin amerikkalaiseen käsitykseen parisuhteen aloittamisen vaiheesta tai tilasta. Hänen mukaansa käsite on kulttuurisidonnainen ja sen vuoksi sen soveltaminen suomalaisten parisuhteiden kuvaamiseen kannattaa tehdä harkiten (ks. myös Scollo & Poutiainen 2018). Dating-sanan käännös suomeksi on haastavaa, koska siihen viitataan niin monilla eri sanoilla. Tässä tutkielmassa *dating* käännetään sanaksi tapailu, jolla tarkoitetaan Poutiaisen mukaan ”jaksoa tai vaihetta ennen sitoutumisvaihetta tai sitoutuneen parisuhteen ensi- tai aikaista vaihetta”. Vaikka parisuhteen aloittamisen vaihe on suosittu interpersonaalinen tutkimuskohde, löytyi Poutiaisen mukaan vielä vuonna 2005 aiheesta suomenkielisiä tieteellisiä artikkeleita suhteellisen vähän. (Poutiainen 2005, 123–127.)

Poutiaisen mukaan (2005, 125) tapailua eli deittaamista on yleensä tutkittu seuraavanlaisten kysymysten avulla: 1) Miten parisuhde tyypillisesti etenee? 2) Millainen viestintä on tyypillistä romanttisen parisuhteen eri vaiheissa tai tasoilla? 3) Miten erilaiset viestintästrategiat altistavat suhteen tiettyyn kehityssuuntaan?. Poutiaisen tutkimuksissa tuli ilmi, että tapailulle ovat keskeisiä tunneperäinen viehätys, vetovoima ja romantiikka. Tapailu on ”tila”, joihin osallistuvilla on selvästi mahdollista viestiä toiselle toiveestaan aloittaa romanttinen parisuhde. Yleensä tapailun aloittaminen kutsumalla toinen treffeille katsotaan viestivän siitä, että kutsun takana on romanttinen kiinnostus. (Poutiainen 2005.) Poutiaisen haastattelema henkikö kuvasi tapailua niin, että sen aikana tutustutaan toiseen ja yritetään selvittää, millä tasolla romanttinen kiinnostus on sekä onko parisuhteelle tarvetta

ja kiinnostusta (Poutiainen & Scollo 2018, 146). Poutiainen on todennut, että onnistunut viestintä on onnistuneen tapailun edellytys (2005).

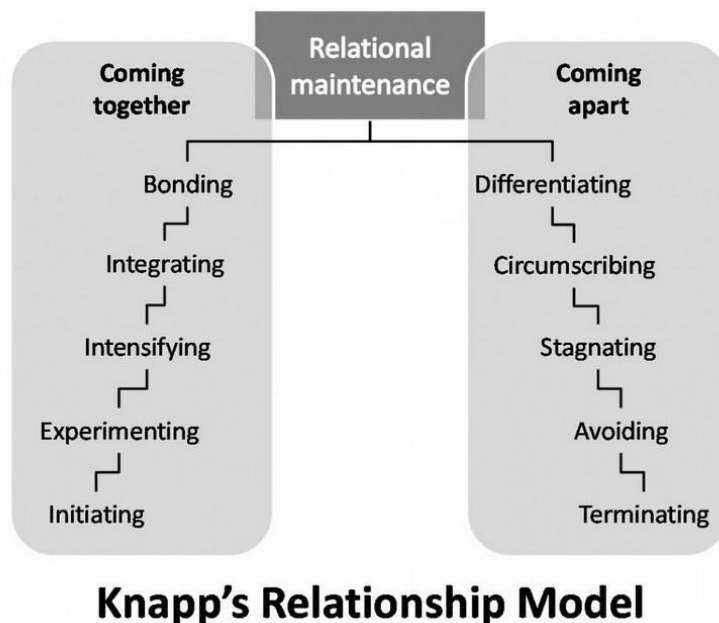
Tapailu nähdään (Poutiainen 2005) amerikkalaisten mukaan aktiivisena ja päämäärällisenä toimintana, jonka tarkoituksena on parisuhteen ja yleensä myöhemmin avioliiton saavuttaminen. Suomalaisten käsitys tapailuvaiheesta ei vaikuttaisi olevan näin suoraviivainen, sillä Poutiaisen mukaan tapailuvaiheessa molemmat tai vain toinen tuntee mahdollisesti romanttista kiinnostusta tai toivoo romanttista parisuhdetta alkavaksi. Kaikki tapailusuhteet eivät johda parisuhteeseen. Poutiaisen ja Scollon (2018, 147) mukaan suomalaisilla on kolme vaihetta, joiden mukaan suhteet kehittyvät. Näitä ovat tapaaminen, tutustuminen ja seurustelu. Poutiaisen haastattelemien suomalaisnaisten mukaan parisuhteen aloittamisen kuvaaminen oli hankalaa. Yhteneväistä suomalaisille ja amerikkalaisille on kuitenkin se, että romanttisen kiinnostuksen sekä suhteen etenemisen nähdään tapahtuvan vaiheittain. Poutiainen toteaa lopuksi (2005), että dating-sanaa vastaavan ilmaisun puuttuminen suomen kielestä sekä tapa, jolla seurustelua edeltävästä toiminnasta puhutaan, liittyvät suomalaiseen toiveeseen ilmaista kiinnostusta hienovaraisesti.

Mongeau et al. (2007, 527) ovat todenneet, että suhteen kehittymisen prosessi on kiinnostanut tutkijoita jo kolmen vuosikymmenen ajan, sillä tapailu ja treffeillä käyminen ovat merkityksellisiä vuorovaikutuskonteksteja. Heidän mukaansa tutkimus parisuhteiden maailmassa on keskittynyt viime vuosikymmeninä merkittävästi päämäärien (*goals*) tutkimiseen. Foxin et al. (2013) mukaan erilaisia romanttisten suhteiden kehittymistä ja rappeutumista kuvaavia malleja on testattu ja käytetty tutkimuksessa yli 40 vuotta, jotta saataisiin selvennystä siihen, miten suhteiden kehityskaari todellisuudessa muodostuu. Ihmissuhteet muodostuvat vuorovaikutuksessa (Poutiainen 2005, 124), joten on oleellista tarkastella millainen vuorovaikutustoiminta vaikuttaa parisuhteen muodostumiseen. Seuraavaksi esitellään neljä erilaista mallia, jotka käsittelevät tapailusuhteissa tapahtuvaa vuorovaikutusta ja kehittymistä kohti parisuhdetta.

Mark Knappin vuonna 1978 luoma relationaalinen vaihemalli (*relational stage model*), on yksi tunnetuimpia suhteen vaiheita kuvaavia teorioita. Knappin malli on rakennettu Altmanin ja Taylorin (1973) luoman sosiaalisen läpäisyn teorian perusperiaatteiden pohjalta (Welch & Rubin 2002, 25) ja kyseinen sosiaalisen läpäisyn teoria on tässäkin tutkielmassa yksi suhteen kehittymistä kuvaavista malleista. Knappin kehittämä vaihemalli on perustavanlaatuinen malli, jonka tarkoituksena on täsmentää vuorovaikutusprosessien kautta sitä, miten suhteet ajan myötä kasvavat, stabilisoituvat ja

”menevät alamäkeä” (Fox et al. 2013, 772). Malli olettaa (Welch & Rubin 2002, 25–26; Fox et al. 2013, 773), että suhteet laajentuvat ja kasvavat viiden vaiheen kautta (”*coming together*”) ja vastaavasti eriytyvät viiden vaiheen myötä (”*coming apart*”).

Kuva 1. Mark Knappin relationaalinen vaihemalli. <https://www.communicationtheory.org/knapps-relationship-model/>



Knappin viisi vaihetta ihmissuhteen kehittymiselle ovat nimeltään aloittaminen (*initiating*), kokeileminen (*experimenting*), voimistuminen (*intensifying*), yhdistyminen (*integrating*) ja sitoutuminen (*bonding*). Ensimmäisessä vaiheessa luodaan visuaalinen kontakti ja toista arvioidaan mahdollisesti tulevaisuudessa tapahtuvan vuorovaikutuksen kannalta. Tätä vaihetta kuvaavat myös kiinnostus toista kohtaan ja ensivaikutelman luominen. Sosiaaliset normit ja pinnalliset aiheet ovat vuorovaikutuksessa läsnä. Seuraavassa vaiheessa keskustelijat tutkailevat yhtenäisyyksiään ja yleisesti ottaen käyvät läpi laajan määrän aiheita niin, että yhteen aiheeseen keskitytään harvemmin pitkää aikaa. Tietoa etsitään toisesta siinä mielessä, olisiko tämä potentiaalinen romanttinen kumppani itselle sopiva vai ei.

Kolmannessa vaiheessa avautumisen taso syvenee ja voidaan todeta, että osapuolien välille on syntynyt esimerkiksi ystävyyssuhde. Suhde on tällöin vähemmän ”käsikirjoitettu”. Neljännessä vaiheessa esiinnyttään yhdessä (luodaan julkinen relationaalinen identiteetti) ja ajatellaan itseä ja toista parina. Lisäksi itsestä kerrotaan intiimimpää tietoa ja vaihdetaan salaisuuksia. Viimeinen vaihe kuvaa korkeinta mahdollista tasoa empatiassa, luottamuksessa ja intiimiydessä. Tässä vaiheessa sitoutuminen toiseen on formaalia ja kaikille julkista.

Vastaavasti suhteen mennessä loppua kohti järjestys on päinvastainen. Vaiheita ovat erottautuminen (*differentiating*), rajoittuminen (*circumscribing*), pysähtyminen (*stagnating*), välttely (*avoiding*) ja päättäminen (*terminating*). Vaikka tässä tutkielmassa keskitytäänkin suhteen muodostamiseen, on oleellista huomioida myös suhteen lopettamisen kaari. Eriytymistä saattaa nimittäin tapahtua myös tapailuvaiheen suhteessa, joskus hyvin nopeastikin. Kaikki tapailusuhteet eivät luonnollisesti johda parisuhteeseen.

Se, miksi tapailusuhteet ja romanttiset suhteet ylipäättään päättyvät voi johtua monista eri syistä. McLarenin ja Solomonin mukaan (2008, 339–340, 352, 353) loukatut tunteet ja mielipaha (*hurt feelings*) ovat luonnollinen osa suhteita ja useimmiten nämä kokemukset johtuvat jonkinlaisesta vuorovaikutustoiminnasta. Heidän mukaansa suhteissa tapahtuva loukatuksi tuleminen tunne johtaa myös usein etäännyttämiseen suhteessa (*relational distancing*). Lisäksi tulkinta loukkaavien viestien tarkoituksenmukaisuudesta ja toistuvuudesta vaikuttaa siihen, miten voimakkaasti loukkaantumisen tunne koetaan. Nämä arvioit vaikuttavat McLarenin ja Solomonin mukaan (2008) siihen, tapahtuuko suhteessa etäännyttämistä. Eli jos loukkaava viesti katsotaan tarkoituksenmukaiseksi ja usein tapahtuvaksi, se aiheuttaa etäännyttämistä suhteessa. Tähän toimintaan vaikuttavat myös suhteen tyyppi (ystävyyss- vai parisuhde) sekä henkilön sukupuoli. McLarenin ja Solomonin tutkimuksessa (2008) todettiin, että miesten kokemalla loukatuksi tulemisella ei ollut niin merkittävää yhteyttä etäännyttämiseen romanttisessa suhteessa, toisin kuin naisilla. Tutkimuksen mukaan säännölliset, toistuvat ja erityisen ärsyttävät käytökset romanttisissa suhteissa aiheuttavat suhteessa tapahtuvia negatiivisia tunnereaktioita, epätyytyväisyyttä sekä eroja (ks. Theiss & Knobloch 2009).

Yksi selittävä tekijä tapailusuhteen päättymiseen voi olla myös tukea hakevan kumppanin huono itsetunto. Don et al. (2018) totesivat, että alhaisen itsetunnon omaavat yksilöt ajautuivat tukea etsiessään epäsuoraan tuen hakemiseen (*indirect support seeking*) sen sijaan, että olisivat tuoneet ongelman lähteen julki. Tämä tuen hakeminen sisältää mököttämistä, valittamista ja/tai surullisuuden

näyttämistä. Henkilöt toimivat näin, koska he yrittävät suojata itseään sosiaaliselta torjunnalta. Suojautuminen kääntyi lopulta tarkoitustaan vastaan, sillä lopputuloksena kumppani antoikin heille negatiivista tukea. Myös Luerksen et al. (2017) totesivat, että huonon itsetunnon omaavat yksilöt ilmaisivat vähemmän kiintymystä kumppaniaan kohtaan ja lopulta ilmaistessaan kiintymystään he kokivat vähemmän positiivisia emotionaalisia, kognitiivisia ja fysiologisia reaktioita (ks. myös Collins & Feeney 2000).

Myös Cutrona (1996) on tutkinut parisuhteen loppumiseen vaikuttavia tekijöitä. Cutronan (1996, 12) mukaan yksilön pettyminen parisuhteessa toiselta osapuolelta saatuun tukeen saattaa olla suhteen kannalta hyvinkin tuhoisaa (ks. myös Baxter 1986, McLaren & Solomon 2008). Cutrona luettelee (1996, 13–17) läheisten ihmissuhteiden kestävästä tulevaisuudesta ennustaviksi tekijöiksi rakkauden, toisesta riippuvaisuuden, luottamuksen ja sitoutumisen, joilla on selkeä yhteys sosiaaliseen tukeen (ks. myös Weigel & Ballard-Reisch 2012). Nämä ominaisuudet ovat läsnä jo tapailuvaiheessa: Cutronan mukaan henkilön tuntiessa toista kohtaan vain kohtuullisen määrän luottamusta, on tällöin toisen kaikenlainen toiminta tarkkailun alaisena. Tämä vaikuttaa oleellisesti myös suhteen tulevaisuuteen.

Yleisesti ottaen tutkijat ovat saaneet ristiriitaisia tuloksia liittyen siihen, miten paljon saatu tuki suhteessa vaikuttaa naisten ja miesten tyytyväisyyteen. Esimerkiksi Cutrona (1996) on todennut, että supportiivinen vuorovaikutus vaikuttaa naisten terveyteen ja tyytyväisyyteen romanttisessa suhteessa enemmän kuin miehillä, kun taas Xu ja Burleson (2004) ovat todenneet, että sukupuoli ei määritä sitä merkitystä, joka puolison antamalla tuella on liittyen tyytyväisyyteen suhteessa. Toisaalta taas tutkimukset ovat näyttäneet, että yksilön kokemus supportiivisuuden odotusten täyttymättömyydestä on usein konfliktin lähde läheisissä ihmissuhteissa: naiset oikeastaan saavat saman verran tukea kuin miehetkin, mutta tarvitsisivat sitä enemmän, mistä vuoksi he päätyvät usein etsimään tukea negatiivisesti (Xu & Burleson 2001, 559–560).

Monet tutkimukset ovat todenneet (Neff & Karney 2005), että kumppanin antama tuki on olennaista naimisissa olevien hyvinvoinnin kannalta. Naiset yleisesti ottaen tarjoavat tukea enemmän miehilleen ja ovat tyytymättömämpiä saamaansa tukeen (ks. aiempi luku), mikä taas puolestaan saattaa johtaa siihen, että romanttiset suhteet päättyvät. Acitelli (1996, 84) on todennut, että vielä tarvitaan lisää tutkimusta siitä, miten annettu tuki suhteessa vaikuttaa näiden suhteiden lopputulokseen.

Puhuttaessa suhteen kehittymisestä on toinen oleellinen malli Irwin Altmanin ja Dalmis Taylorin (1973) kehittämä sosiaalisen läpäisyn teoria (*social penetration theory*), joka kuvaa suhteen kehittymistä. Sosiaalisen läpäisyn termiä ruvettiin käyttämään 1960-luvulta eteenpäin kuvaamaan suhteissa tapahtuvaa avautumisen (*disclosure*) ja läheisyyden lisääntymistä (Littlejohn & Foss 2011, 235). Sosiaalisen läpäisyn teoria yrittää ennustaa suhteen tulevaisuutta projisoitujen palkintojen (*rewards*) ja kustannuksien (*costs*) avulla ja sen tarkoituksena on selittää sitä, miten suhteissa oleva läheisyys kehittyy (Altman & Taylor 1987). Teorian kehittäjät käyttävät ihmisistä puhuessaan termiä monikerroksinen sipuli: ihmisten persoonallisuus koostuu kerroksista, jotka paljastuvat hiljakseltaan suhteen kehittyessä (Mongeau & Miller Henningsen 2008, 366; Griffin 2011, 114.) Littlejohnin ja Fossin mukaan (2011) sosiaalista läpäisyä voi kuvata myös vertaamalla ihmistä kehään: ihminen on kuin pallo, joka koostuu erilaisista kehistä.

Vertaus kehämäisyyteen tai kerrokseen on tämän teorian ydin ja se selittää ihmisten ”kerrosten” oleellisuutta vuorovaikutuksessa (Littlejohn & Foss 2011, 236). Jotta ihmiset todella tutustuisivat toisiinsa ja heidän suhteensa kehittyisi, on heidän suoritettava itsestäkertomista (*self-disclosure*) (Griffin 2011, 114), joka tapahtuu käymällä ”läpi” oman itsensä ja toisen osapuolen kerroksia (Mongeau & Miller Henningsen 2008, 366; Littlejohn & Foss 2011, 236). Altmanin ja Taylorin mukaan (1987, 268) ihmisille on tyypillistä myös kertoa itsestään syvempiä asioita sen jälkeen, kun toinen on ensin tehnyt niin. Altman ja Taylor toteavat, että vuorovaikutuksen toinen osapuoli kokee tällöin velvollisuutta vastata itsestään kertoneelle samalla tavalla eli avautua yhtä paljon. Griffinin (2011) sekä Littlejohnin ja Fossin (2011) mukaan ihmisen halutessa päästä toisen ihmisen sipulin ”keskipisteeseen”, on hänen käytävä ensin läpi tämän sipulin uloimmat kerrokset. Näihin kerrokseen kuuluvat Littlejohnin ja Fossin (2011, 236) mukaan sellaiset asiat, joita yksilöstä on nähtävissä jo ensimmäisellä kerralla, vaikkapa ulkoinen käytös ja pukeutuminen. Lisäksi ensimmäiseen kerrokseen kuuluu se, mitä yksilö ensimmäisellä tapaamisella paljastaa itsestään. Näitä asioita ovat muun muassa näkemykset maailmasta. Sisemmät kerrokset pitävät sisällään erilaisia mieltymyksiämme. Näiden kerrosten jälkeen seuraavat kerrokset tavoitteista, vakaumuksellisista asioista, syvimmistä peloista ja fantasioista sekä lopulta yksilön käsitykset hänestä itsestään.

Kaiken kaikkiaan se, eteneekö suhde syvemmälle tasolle, riippuu siitä, pystytäänkö omia ja toisen kerroksia läpäisemään vastavuoroisen laajasti ja syvyisesti (Mongeau & Miller Henningsen 2008, 366; Griffin 2011). Suhteen syvenemisen kannalta olennaista on myös se, kuinka suuriksi osapuolet arvioivat suhteeseen liittyvät edut ja riskit sekä nykyhetkessä että tulevaisuudessa (Altman & Taylor

1987, 265, 268; Littlejohn & Foss 2011, 236). Käytännössä tämä tarkoittaa heidän mukaansa sitä, että yksilön kokiessa saavansa vuorovaikutuksesta itselleen enemmän palkitsevia asioita suhteessa heikkouksiensa näyttämiseen, kyseisen ihmissuhteen läheisyys kehittyy. Toisin sanoen ihminen paljastaa itsestään tietoa siinä tapauksessa, kun suhde koettujen voittojen ja tappioiden välillä on hänelle sopiva. Tätä tapahtuu varsinkin suhteen alkuvaiheessa.

Altman ja Taylor ovat todenneet (Littlejohn & Foss 2011, 237; Mongeau & Miller Henningsen 2008, 370), että suhteen kehittyminen on todellisuudessa syklinen, dialektinen prosessi. Sosiaalinen läpäisy on syklistä siksi, että se etenee eteen- ja taaksepäin menevissä sykleissä ja dialektinen se on taas siitä syystä, että siihen sisältyy iäti jatkuva jännite julkisen ja yksityisen tiedon hallinnoimisesta. Suhteen kehittymisen voi nähdä tasaisuuden ja muuttumisen välisinä sykleinä, joita parin on hallittava samalla, kun he painivat ennustettavuuden ja joustavuuden tarpeiden kanssa.

Sosiaalisen läpäisyn teoria on tarkoituksenmukainen lisä tässä tutkielmassa siksi, että se keskittyy suhteen alkuvaiheessa olevien jännitteiden lomassa tapahtuvaan vuorovaikutuksen syvenemisprosessiin. Tämä teoria läpivalaisee sitä prosessia, jonka kaksi ihmistä käyvät läpi heidän yrittäessään saada toisistaan selvää avaamalla omia ja toisen ”kerroksia”. Vertaamalla ihmisiä sipuleihin Altman ja Taylor kuvaavat ihmisten välistä tutustumista, jonka tavoitteena on jokin suurempi yhteys, eli esimerkiksi ystävyys- tai parisuhde. Sosiaalisen läpäisyn teoriaa on käytetty paljon tutkittaessa nimenomaan ystävyys- ja parisuhteita, minkä vuoksi tätä teoriaa on mielekästä käyttää myös tarkastellessa tapailuvaiheessa olevien osapuolien välisen suhteen syvenemistä kohti parisuhdetta. Teorian avulla on mahdollista selittää sitä prosessia, jonka tapailuvaiheessa ovat osapuolet käyvät punnitessaan sitä, miten paljon he ovat valmiita panostamaan kyseiseen suhteeseen.

Kolmas ihmisten välisen vuorovaikutussuhteen kehittymistä kuvaava malli on Charles Bergerin kehittämä epävarmuuden vähentämisen teoria (*uncertainty reduction theory*). Virtasen ja Isotaluksen (2011, 30) mukaan teorian vaikutuksen voi nähdä jo joissakin varhaisissa sosiaalisen tuen määritelmissä. Teorian ideana on tarkastella sitä, miten saamme ihmisten välisen vuorovaikutuksen avulla tietoa ja ymmärrystä liittyen toisiimme (Berger 1979, 123). Tämän tiedon avulla vähennämme uusiin suhteisiin liittyvää epävarmuutta, jonka myötä suhde kehittyy ja voimistuu. Teorian avulla selitetään siis sitä, miten olemme vuorovaikutuksessa toistemme kanssa silloin, kun olemme epävarmoja ympäristöstämme (Knobloch 2008, 133).

Berger toteaa (1979, 123–124), että vieraiden ihmisten tavatessa toisensa heidän ensisijainen päämääränsä on vähentää keskinäistä epävarmuuttaan. Niin sanotusti ongelmana alkuvaiheen kohtaamisissa on sen arvioiminen, miten toinen henkilö todennäköisesti käyttäytyy ja miten yksilö tämän pohdinnan seurauksena valitsee omat toimintatapansa sopimaan tuohon käytökseen. Tähän valintaan vaikuttavat henkilön motiivit, asenteet ja arvot. Epävarmuus vuorovaikutuksessa on myös riippuvainen siitä, miten moninaisia ja uskottavia vaihtoehtoja yksilöllä on selittämään toisen osapuolen käytöstä. Tätä epävarmuutta voidaan vähentää, kun ensin luodaan ja sitten vahvistetaan jokin ennuste toisen käytöksestä. Tämän lisäksi Bergerin kertoo, että vuorovaikutuksessa rakennetaan ja verifioidaan selityksiä toisen ja oman käytöksen sille.

Bergerin mukaan (1979, 126) se laajuus ja syvyys, jolla vuorovaikutuksen osapuolet tuntevat toisensa, määräytyy saavutetun tiedon ja sen todentamisen mahdollistavien tilaisuuksien mukaan. Toisin sanoen voimme Bergerin mukaan olettaa, että ihmisten saadessa tarpeeksi tilaisuuksia kysyä toiselta asioita ja myöhemmin varmistaa näiden paikkansapitävyyden, suhde tähän toiseen syvenee. Berger toteaa myös (1979, 126), että ihmisiä ei kiinnosta saada selitystä toisen käytökselle kaikkien kohtaamiemme ihmisten kanssa. Kun haluamme kehittää tärkeitä ja pitkiä ihmissuhteita, on ”korkeiden tasojen” saavuttaminen toisen tuntemisessa ja ymmärtämisessä merkittävässä roolissa.

Saavuttaaksemme tätä tarvittavaa tietoa toisesta ja ymmärtääksemme toista, on tärkeä askel tietoisuuden lisääntyminen siitä, että monitoroimme toisen ja itsemme käytöstä. Berger nostaa tämän yhteydessä esille kolme edellytystä, joita ovat kannustin (*incentives*), poikkeavuus (*deviation*) ja tuleva vuorovaikutus (*future interaction*). Ensimmäinen edellytys, kannustin, on helppo rinnastaa Taylorin ja Altmanin teoriassa esitettyyn palkinnon vertauskuvaan. Bergerin mukaan (1979, 126–129) saatamme tarkoittaa puhuessamme kannustimista tai palkinnoista jopa ihan yksinkertaisesti yleistä käytöstä, joka nähdään supportiivisena. Siispä kun toinen nähdään potentiaalisena tuen lähteenä, on tukea tarvitsevalle henkilölle ominaista saada tietoa vastapuolen käytöksestä.

Toinen edellytys tietoisuuden ja ymmärtämisen lisääntymiselle on toisen käytöksen poikkeavuuksien ymmärtäminen. Jotta suhde toiseen kehittyisi muodollista syvemmäksi, on Bergerin mukaan (1979, 131) luonnollista, että henkilön täytyy käyttäytyä sellaisella tavalla, että hänet voi erottaa kaikista muista sosiaalisen systeemin jäsenistä. Heidän pitää siis näyttää poikkeava käytöksensä toisilleen, jotta heistä tulee toistensa silmissä uniikkeja. Lopuksi se aste, jolla Bergerin mukaan (1979, 131) ihmiset tarkkailevat omaa ja toisen vuorovaikutuksellista käyttäytymistä saa merkityksensä siitä

todennäköisyydestä, että kyseiset henkilöt ovat vielä tulevaisuudessakin tekemisissä keskenään. Kun todennäköisyys uudelleen tapaamisesta kasvaa, lisääntyy tällöin jälleen itsen ja toisen käytöksen monitoroiminen.

Berger on myös kollegoineen lisännyt (Berger et al. 1989; Knobloch 2008, 136 – 137 mukaan) teoriaansa kolme tapaa, joilla ihmiset pyrkivät pärjäämään epävarmuuden kanssa. Näitä ovat tiedon etsintä, suunnittelu ja suojautuminen. Tiedon etsintä voi tapahtua esimerkiksi tarkkailemalla, välikäden kautta tai suoraan. Suunnittelulla Berger tarkoittaa sitä, että ihmiset vähentävät epävarmuutta suunnittelemalla vuorovaikutusta etukäteen ja sen aikana. Suojautuminen taas tapahtuu niin, että ihminen valmistautuu mahdollisia negatiivisia lopputuloksia varten silloin, kun hän tuottaa viestejä epävarmana. Toisin sanoen esimerkiksi henkilön pyytäessä palkankorotusta ehdotus saatetaan verhoilla vaikkapa huumorin keinoin, jotta riski kasvojen menettämisestä ei olisi niin suuri.

Epävarmuuden vähentämisen teoriaa on käytetty paljon erilaisten vuorovaikutustilanteiden tarkastelussa, esimerkiksi alkuvaiheen ihmissuhteissa (ks. Knobloch 1999, 2002a). Theissin ja Knoblochin mukaan (2009, 515) monet tutkimukset ovat implikoineet, että ne ihmiset, jotka kokevat relationaalista epävarmuutta ovat negatiivisempia ja sulkeutuneempia. Knobloch (2008, 139) on myös todennut, että epävarmuuden vähentämisen teorian testaus intiimeissä yhteyksissä on tukenut sitä tulosta, että suhteisiin liittyvä epävarmuus tekee niistä myös räjähdysherkkiä. Monet tutkimukset ovat osoittaneet (Knobloch 2008, 140), että relationaalinen epävarmuus saattaa aiheuttaa esteitä sekä viestien tuottamiselle että prosessoinnille suhteissa. Näiden tietojen valossa on siksi oleellista tarkastella myös epävarmuuden vähentämistä tapailuvaiheessa, koska sillä saattaa olla merkittävä vaikutus tapailusuhteen vakiintumisen kannalta. Epävarmuuden vähentäminen on oleellinen osa uuden, romanttisen ihmissuhteen luomisvaiheessa, sillä toisesta yritetään muodostaa kumppania.

Koska suhteet ovat monitasoisia ja niihin vaikuttavat lukuisat asiat, on vielä viimeiseksi tarpeen ottaa esille Solomonin ja Knoblochin (2004) luoma relationaalinen turbulenssimalli (*relational turbulence model*). Theissin ja Knoblochin mukaan (2009, 512) kehittyvät romanttiset vuorovaikutussuhteet luovat interpersonaalisen kontekstin, joka on erityisen kypsä epävarmuuden tunteiden kokemiselle. Turbulenssimalli liittyy epävarmuuden vähentämisen teoriaan läheisesti, koska sen mukaan alkuvaiheen suhteissa esiintyvä epävarmuus synnyttää enemmän äärimmäisiä tunteita, kognitioita ja vuorovaikutuskäytänteitä. Theissin ja Solomonin (2006b, 391) mukaan monet tutkimukset ovat todistaneet, että siirryttäessä tapailusta kohti vakavaa sitoutumista osapuolet kokevat voimistuneita

tunteita, minkä lisäksi kateus, konflikteihin ja epävarmuuteen reagoiminen vahvistuvat ja ärsyyntymisen tunteita arvioidaan kriittisemmin. Toisin sanoen ollessamme uudessa vuorovaikutustilanteessa meitä kiinnostavan henkilön kanssa koemme voimistuneita tunteita, intensiivisyyttä ja draamaa eli turbulenssia. Tähän liittyy epävarmuus toisesta, koska emme tunne tätä henkilöä vielä niin hyvin ja suhteen konteksti on muutostilassa (Solomon & Knobloch 2004, 796–797; Theiss & Solomon 2006b, 391).

Solomonin ja Knoblochin (2004, 797–798) relationaalisen turbulenssimallin mukaan kaksi ominaisuutta luovat pohjan suhteissa esiintyvälle myllerrykselle, ja ne ovat suhteissa esiintyvä epävarmuus (*relational uncertainty*) sekä keskinäinen väliintulo (*interference from partners*). Tutkijoiden mukaan relationaalinen epävarmuus on kattokäsite, joka sisältää kolme toisiinsa liittyvää mutta silti uniikkia monitulkintaisuuden lähdettä. Näitä lähteitä ovat epävarmuus itsestä, epävarmuus toisesta sekä epävarmuus suhteesta. Solomon ja Knobloch toteavat, että relationaalinen epävarmuus seuraa käyräviivaista kulkukaarta suhteen kehittymisen ajan, jonka aikana epäluulot osallisuudesta ovat suurimmillaan juuri silloin, kun suhteen intiimiys on vielä maltillisella tasolla. Tällä tutkijat tarkoittavat siis sitä vaihetta, kun pari siirtyy arkipäiväisestä vuorovaikutuksesta kohti vakavaa vuorovaikutusta. Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että relationaalinen epävarmuus lisää ihmisten reagointia vuorovaikutussuhteessa esiintyviin tilanteisiin liittyen.

Relationaalisen turbulenssimallin toinen turbulenssia luova ominaisuus on Solomonin ja Knoblochin mukaan (2004, 798–799) keskinäinen väliintulo, eli maltillisen intiimiyden vaiheessa neuvoteltu keskinäinen riippuvaisuus. Tutkijat uskovat, että osapuolien vakiinnuttaessa riippuvuuttaan toisistaan syntyy prosessi, joka luo sekasortoa. Tämä sekasorto puolestaan tekee suhteen kehittymisestä uniikkia. Suhteen alkuvaiheessa osapuolet osallistuvat vain rajallisesti toisen osapuolen aktiviteetteihin ja vastaavasti heillä on vain vähän mahdollisuuksia sekaantua kyseisiin rutiineihin. Kuitenkin suhteen siirtyessä intiimimmälle tasolle osapuolet alkavat sisällyttää toisiaan jokapäiväisiin aktiviteetteihinsa, minkä seurauksena on todennäköistä, että kyseinen toinen osapuoli jollain tavalla keskeyttää aiemmin sujuvia toimintaketjuja. Tämä on tutkijoiden mukaan olennaista juurikin suhteen alkuvaiheessa, kun osapuolet vasta tutustuvat toisiinsa. Kaiken kaikkiaan tämä malli siis linkittää suhteen alkuvaiheen myötä lisääntyvät muutokset laadullisiin muutoksiin selittääkseen suhteissa tapahtuvaa turbulenssia.

Käytännössä turbulenssimalli vaikuttaa tässä tutkielmassa niin, että se antaa osviittaa niistä mahdollisista vaikeuksista, joita ihmissuhteen luomiseen liittyy. Tutkielmassa on oleellista huomioda myös negatiivisia tunteita, joita parisuhteen muodostamiseen liittyy. Turbulenssia aiheuttavat tunteet ovat myös tärkeitä tässä tutkielmassa siksi, että niiden merkitys suhteen tulevaisuuden kannalta on merkittävämpää suhteen alkuvaiheessa kuin esimerkiksi kymmenen avioliittovuoden jälkeen.

2.4 Sosiaalinen tuki hyvinvoinnin edistäjänä

Sosiaalisella tuella on tutkitusti keskeinen merkitys ihmisten hyvinvoinnin edistäjänä. Aiempi tutkimus on osoittanut, että saadessaan tarpeensa täyttävää sosiaalista tukea yksilön psykologinen ja fysiologinen terveys parantuvat (Burleson & Xu 2001, Jones 2004; Uchino 2009; Cutrona 1996; Wills & Fegan 2001; Cunningham & Barbee 2000; Cobb 1976; Priem & Solomon 2018). Lisäksi ihmiset, joilla on hyvät mahdollisuudet päästä sosiaalisen tuen pariin, ovat parempia selviämään ongelmiansa kanssa (Holahan, Moos & Bonin 1997), elävät pidempään (Uchino 2009), omaavat paremman mielenterveyden (Feeney & Collins 2015) ja selviytymiskyvyn stressistä (Cutrona 1996), minkä lisäksi he ovat myös onnellisempia parisuhteissaan (Xu & Burleson 2001). Sosiaalisen tuen avulla huomiodut tarpeet eivät ole läsnä ihmisten elämässä vain kriisien yhteydessä, vaan jokapäiväisessä elämässä hyvinvoinnin edellytyksinä (Cutrona 1996, 4).

1970-luvulla sosiaalisen tuen tutkimuksen alkaessa, ovat tutkijat olleet erityisen kiinnostuneita sosiaalisen tuen roolista tautien ehkäisyssä (ks. esim. Caplan, 1974a; Cassel, 1976). Cohenin ja Willsin (1985, 310, 347) mukaan tutkimukset, joissa on käsitelty sosiaalisen tuen ja ihmissuhteiden merkitystä hyvinvoinnille, sosiaalipsykologiset vastaavuudet ja eläimiin liittyvät tutkimukset ovat yhdessä osoittaneet, että sosiaalinen tuki todella vaikuttaa hyvinvointiin myönteisesti. Myös sitä on tutkittu, millaisen prosessin kautta sosiaalisella tuella on hyödyllinen vaikutus yksilön hyvinvoinnille. Kirjoittajien mukaan puskurimallin (*buffering model*) ideana on se, että sosiaalinen tuki suojaa yksilöä stressaavien, potentiaalisesti patogeenisia vaikutuksia aiheuttavien tilanteiden osalta. Mallin mukaan sosiaalinen tuki voidaan liittää hyvinvointiin ensisijaisesti stressin vaikutuksen alla olevien ihmisten kodalla. Toisin sanoen mallin mukaan sosiaalinen tuki edistäisi vain stressaavia tilanteita kokevien ihmisten hyvinvointia. Toisen mallin (*main effect model*) mukaan sosiaalisella tuella taas

on hyödyllinen vaikutus yksilön hyvinvoinnille siitä huolimatta, onko ihminen stressin alaisena vai ei. Myöhemmät tutkimukset ovat vahvistaneet molempien mallien tuloksia.

Burlesonin et al. (1994) mukaan viestinnän tutkimuksen kenttä on elintärkeä selitettäessä niitä sosiaalisen tuen myötä syntyviä tapahtumia, jotka tuottavat terveyteen liittyvää tietoa. Esimerkiksi Weiss (1974; Cutrona 1996, 3 mukaan) on hahmottanut kuutta erilaista ehtoa, joiden pitäisi täytyä ollessamme suhteessa toisen ihmisen kanssa. Näihin kuuluvat kiintymys (läheinen suhde, joka tarjoaa turvallisuutta ja varmuutta), sosiaalinen integraatio (tunne kuulumisesta sellaiseen ryhmään, jolla on samanlaisia kiinnostuksen ja huolenaiheiden kohteita), vakuuttelu arvosta (yksilön taitojen ja kompetenssin tunnustaminen), ohjaaminen (neuvojen ja tiedon antaminen), luotettava liitto (tieto siitä, että toinen antaa ehdotonta tukea apua tarvittaessa) sekä mahdollisuus tarjota toiselle huolenpitoa (tunne siitä, että itseä tarvitaan toisen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi). Weissin mukaan nämä tehtävät ovat sellaisia ehtoja, joita tarvitaan hyvinvoinnin saavuttamiseksi.

Uchino (2009, 236–237) on esittänyt, että koko elämänsäkaaremmen perspektiivi on oleellista ottaa huomioon, kun tarkastellaan niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat ajan kuluessa saamamme sosiaalisen tuen kehitykseen, hyödyntämiseen ja vaikuttavuuteen. Elämänsäkaaren perspektiivi kertoo siitä, miksi kehitykseen liittyvät osatekijät selittävät eroavaisuuksia saadun ja koetun tuen hyödyn välillä. Uchinon mukaan jo aikaisen elämänvaiheen positiivisilla elinympäristöillä on merkitystä, koska ne auttavat kehittämään yksilölle ”positiivisen psykososiaalisen profiilin”. Tämä taas vaikuttaa siten, että yksilö kehittää toimivia selviytymiskeinoja ja terveyskäytänteitä (*health behaviours*). Tähän liittyvät myös yksilön kiintymyssuhteiden luonti varhaisessa elämänvaiheessa. Vanhempien luoma suhde lapseen ja heidän herkkyytensä lapsen hyvinvoinnille sosiaalisen tuen muodossa auttaa tutkimusten mukaan lasta tulevaisuudessa muodostamaan parempia sosiaalisia taitoja.

Uchinon mukaan (2009) myös koetussa ja saadussa tuessa on tutkitusti eroja, mikä on tärkeää tunnistaa. Hänen mukaansa useat tutkimukset ovat todenneet, että nimenomaan saajan näkökulmasta koettu, hänelle toimiva sosiaalinen tuki on yhdistetty hyödyllisiin terveysvaikutuksiin. Tämä on todennettu myös ikääntyvässä väestössä: koettu tuki on linkitetty monissa tutkimuksissa hyvään terveyteen, eli esimerkiksi siihen, että henkilöllä on hyvä verenpaine tai vähemmän kroonisia sairauksia. Sosiaalisen tuen ja terveyden yhteys näkyy myös niin, että ne yksilöt, jotka kokevat saavansa heille sopivaa tukea elävät terveempänä pidempään kuin ne, jotka kokevat saavansa huonoa tukea. Tämä hyväksi tai huonoksi mielletty tuen saamisen kokemus linkittyy myös näiden yksilöiden

elämän ja ihmissuhteiden laatuun (Uchino 2009, 245). Tutkimusten mukaan sellaiset ihmiset, joilla on parhaat sosiaaliset ja henkilökohtaiset resurssit etsivät todennäköisesti vähiten tukea. Heille yleisesti ottaen riittää se, että he tietävät tuen olevan saatavissa, vaikka eivät sitä etsisikään (ks. Bolger et al. 2000, 953 – 954; Vangelisti 2009, 46).

Myös Cobbin (1976, 302, 310) mukaan sosiaalinen tuki suojelee yksilöä tämän käydessä läpi erilaisia siirtymiä ja kriisejä sitä mukaa, kun hän vanhenee. Hän on lisäksi todennut, että sosiaalisen tuen on todistettu suojelevan ihmisiä laajalta määrältä patalogisia terveydentiloja, joita ovat esimerkiksi tuberkuloosi, masennus ja alkoholismi. Hänen mukaansa on tutkittu, että ihmisten saadessa sosiaalista tukea jopa tarvittavien lääkkeiden määrä voi vähentyä ja parantuminen nopeutuu, jos ihminen saa riittävästi sosiaalista tukea. Lisäksi se voi helpottaa hoitomyöntyvääisyyttä. Cobb kuitenkin muistuttaa, että sosiaalinen tuki ei ole mikään ihmelääke.

Vangelisti on huomauttanut (2009, 46–47), että esimerkiksi sairastumista edeltänyt ennakoiva tuen anto on edistänyt yksilön hyvinvointia. Lisäksi tuen antaminen positiivisissa elämäntilanteissa on koettu erittäin tärkeäksi ja jos se on puuttunut, ihmiset ovat kokeneet tuen puuttumisen satuttavaksi, mikä taas osaltaan vaikuttaa yksilön hyvinvointiin. Positiivisilla elämäntilanteilla tarkoitetaan esimerkiksi kannustusta jossakin yksilön hyväksi kokemassa tilanteessa: tällainen voi olla vaikkapa vanhemman saapuminen lapsen harrastuksen kevätnäytökseen.

Donin ja Hammondin (2017) mukaan terveellinen sosiaalinen tuki romanttisten kumppanien kesken on hyvin tärkeää stressistä selviämisen, henkilökohtaisen kasvun helpottamisen ja parisuhteen hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Collins ja Feeney ovat todenneet (2000, 1067), että kun yksilö etsii tukea kumppaniltaan avoimesti ja suoraan, hän saa todennäköisemmin tältä tehokasta tukea. Tämä taas linkittyy tuen etsijän kokemaan mielialan parantumiseen. Tulosten mukaan sosiaalisella tuella on välittömiä ja mitattavissa olevia hyötyjä yksilön emotionaaliselle hyvinvoinnille. Vastavuoroisesti sellainen tuen antaminen, joka johtaa yksilön kokemukseen väärinymmärryksestä tai torjutuksi tulemisesta saa aikaan todennäköisesti sellaisia vaikutuksia, jotka ovat haitallisia hyvinvoinnille. Collins ja Feeney (2000, 1069) huomasivat, että sellaiset parit, jotka olivat suhteissaan onnellisia ja tyytyväisiä, osallistuivat enemmän sellaisiin vuorovaikutustoimintoihin, jotka olivat välittäviä ja tukea antavia ylipäätään.

Collins ja Feeney (2015, 114, 136) ovat myös todenneet, että läheiset ihmissuhteet tukevat hyvinvointia monella tavalla, eivätkä ne ole vain resurssi vastoinkäymisten aikana. Parhaimmassa tapauksessa oikeanlaista tukea saaneet yksilöt ovat todennäköisesti onnellisia ja terveitä, he uskovat omiin kykyihinsä, ovat itsenäisiä ja rohkeita tutkiessaan maailmaa eivätkä he myöskään sorru vastoinkäymisten aikana. Lisäksi he ovat mitä luultavimmin aktiivisia yhteiskunnassa, sympaattisia ja auttavaisia muita kohtaan ja kykeneväisiä ylläpitämään terveitä ja kukoistavia ihmissuhteita.

Kaiken kaikkiaan aiemman tutkimuksen perusteella voidaan siis todeta, että sosiaalisen tuen tutkimus on tärkeä ja ajankohtainen tutkimusaihe, koska se on osana monenlaisia ihmiselämän keskeisiä vuorovaikutussuhteita ja sillä on todistettusti merkitystä ihmisten hyvinvoinnin edistäjänä. Myös tapailuvaiheessa olevien ihmisten tutkiminen on tarpeellista, sillä tähän mennessä tutkielman tekijän tietoon ei tullut yhtään tutkimusta, joka käsittelisi sosiaalisen tuen merkitystä tapailuvaiheen suhteessa ja suhteen vakinaistamisessa. Romanttisissakin suhteissa tarkasteltu sosiaalinen tuki on keskittynyt tähän asti jo vakiintuneissa suhteissa, esimerkiksi avioliitossa, olevien henkilöiden toinen toisilleen antamaan tukeen.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

3.1 Tutkimusongelma ja -kysymykset

Tässä tutkielmassa halutaan selvittää, millainen merkitys tapailuvaiheessa olevien osapuolten keskinäisellä supportiivisella viestinnällä on tapailuvaiheessa, jotta tapailu voisi muuttua parisuhteeksi. Aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella on todettavissa, että sosiaalista tukea on tutkittu monenlaisissa vuorovaikutussuhteissa, mutta tapailuvaiheessa olevien osapuolten keskinäinen sosiaalinen tuki ja tämän tuen merkitys suhteen vakinaistamiselle ovat jääneet vähemmälle huomiolle. Parisuhteessa olevien tyytyväisyyteen liittyy kiinteästi puolison antama sosiaalinen tuki (Cutrona 1996; ks. myös Xu & Burleson 2001) ja yleisesti ottaen sosiaalinen tuki on oleellinen osa jokapäiväistä elämäämme (Virtanen & Isotalus 2011). Sosiaalisen tuen ollessa luonnollinen osa ihmissuhteita, on täten tarpeellista tutkia sen merkitystä myös vasta muodostumisvaiheessa olevassa suhteessa.

Tutkimusongelman ajankohtaisuutta tukee tapailun yleisyys suomalaisten elämässä. Suomessa on Väestöliiton mukaan naispuolisia sinkkuja väkilukuun suhteutettuna eniten Euroopassa, miespuolisia sinkkuja on selvästi EU-keskiarvoa enemmän ja lähes jokainen suomalainen sinkku (91%) toivoo parisuhdetta (Väestöliitto 2019). Tilastollisesti voidaan siis päätellä, että näin monen suomalaisen toivoessa parisuhdetta ovat myös useat suomalaiset jossain kohtaa elämässään tapailuvaiheessa. Tämä tutkielma keskittyy tarkastelemaan tapailuvaiheen vuorovaikutusprosessia ja niitä viestinnällisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat suhteen jatkuvuuteen siirryttäessä kohti vakinaisempaa parisuhdetta. Tässä tutkielmassa tutkimusongelmaksi on täten valittu:

Millainen merkitys tapailuvaiheessa olevien osapuolten keskinäisellä supportiivisella viestinnällä on parisuhteen muodostumisen kannalta?

Tutkimusongelmaan syvennyttään viiden tutkimuskysymyksen avulla, jotka käsittelevät supportiivisen viestinnän merkitystä eri näkökulmista. Ensimmäinen tutkimuskysymys keskittyy selvittämään keskinäisen tuen viestimisen tapoja, toinen supportiivisen viestinnän laatua, kolmas supportiivisuuden yhteyttä suhteen syventymiseen ja neljäs tuen ja hyvinvoinnin yhteyttä. Viimeinen kysymys selvittää mahdollisia eroja miesten ja naisten välillä. Theissin ja Knoblochin mukaan (2009, 512) vasta kehitymässä olevat suhteet ovat alttiimpia turbulenssille vuorovaikutukselle ja

epävarmuuden kokemiselle. Suhteen alkuvaiheessa toisesta yritetään kerätä tietoa (Berger 1979), jonka avulla epävarmuutta saataisiin vähennettyä ja potentiaalinen tuki hyödynnettyä. Yksilöille on tällöin myös olennaista tarkastella omaa käytöstään, koska tavoitellessa syvää ja merkityksellistä suhdetta toisen kanssa on tyypillistä toimia vuorovaikutuksessa niin, että toivotut ”palkinnot” saavutettaisiin. Toisin sanoen uudelleen näkemisen todennäköisyyden kasvaessa yksilö alkaa monitoroida myös omaa käytöstään. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena on selvittää sitä, miten tapailuvaiheen osapuolet viestivät toinen toisilleen tarvitsemastaan tuesta, kun oletusarvona on merkityksellisen ihmissuhteen luominen.

TK1: Millaista keskinäistä tuen tarpeen viestimistä tapailusuhteessa esiintyy?

Toinen tutkimuskysymys keskittyy sosiaalisen tuen laatuun. Keskinäisellä supportiivisella viestinnällä on tutkitusti merkittävä vaikutus suhteessa olevien osapuolten kokemalle tyytyväisyydelle (Xu & Burleson 2001). Ihmisiä ja tuen antamisen muotoja on kuitenkin luonnollisesti erilaisia, minkä vuoksi on tärkeää huomioida, ettei esimerkiksi tapailuvaiheessa ja ystävyysuhteessa tarvittava tuki ole välttämättä samanlaista. Toisille tuen saaminen on tarpeellisempaa kuin toisille. Rainsin et al. (2017) sekä Priemin ja Solominin (2018) mukaan annetun tuen muodolla on kuitenkin merkitystä sen kannalta, kuinka toimivaksi avunpyytäjä tuen kokee. Tuen toimimattomuus tai sen puuttuminen vaikuttaa myös suhteen päättymiseen, sillä erityisesti tapailuvaiheessa toisen kriittinen arvioiminen on vahvempaa (Cutrona 1996, 12; ks. myös Baxter 1986; Theiss & Solomon 2006b, 391). Kahden tapailevan ihmisen toinen toisiltaan odottama ja tarvitsema sosiaalinen tuki voi siis vaihdella paljonkin ja siksi vaikuttaa suhteen tulevaisuuteen. Tämän vuoksi toinen tutkimuskysymys on:

TK2: Millaista supportiivista viestintää tapailuvaiheessa olevat osapuolet kokevat tarvitsevansa toisiltaan?

Kolmas tutkimuskysymys tarkastelee sosiaalisen tuen yhteyttä suhteen syvenemiseen. Sosiaalisen läpäisyn teorian avulla (Altman & Taylor 1987; Littlejohn & Foss 2011) kuvataan ihmisten välisen suhteen syvenemistä ja omien ”kerrosten” avaamista. Avatessaan henkilökohtaisia pelkoja ja toiveita sisältäviä kerroksiaan suhteen osapuolet punnitsevat sitä, miten suhteesta saadut voitot (esimerkiksi lähentyminen, yhteinen tulevaisuus) kompensoivat avautumisen myötä tulevia kustannuksia

(esimerkiksi pelko torjutuksi tai jätetyksi tulemisesta). Eli kun suhteessa tapahtuu ”voittoja” tuottavaa sosiaalista läpäisyä, osapuolten suhde toisiinsa syvenee. Tätä aihetta lähestytään kysymällä:

TK3: Miten tapailuvaiheessa olevat kokevat supportiivinen viestinnän vaikuttavan tapailusuhteensa syvenemiseen?

Neljäs tutkimuskysymys pyrkii selvittämään tapailuvaiheessa tapahtuvan supportiivisen viestinnän yhteyttä tapailuvaiheessa olevien kokemukseen siitä, miten hyvin he voivat tässä suhteessa. Supportiivinen viestintä on linkitetty lukuisia kertoja positiivisiin terveysvaikutuksiin ja ihmisten psykologisen ja fysiologisen hyvinvoinnin kasvuun. Sosiaalisen tuen on todettu monesti vahvistavan ihmisen koettua fysiologista ja psykologista terveyttä (Xu & Burleson 2001, Jones 2004; Uchino 2009; Cutrona 1996; Cunningham & Barbee 2000). Xun ja Burlesonin mukaan (2001) sosiaalista tukea saavat yksilöt ovat lisäksi onnellisempia parisuhteissaan, mikä voidaan linkittää alustavasti myös tässä vaiheessa tapailuvaiheeseen: jos parisuhteessa olevat ovat onnellisia saadessaan tukea toisiltaan, voitaisiin olettaa, että myös tapailuvaiheessa olevat osapuolet hyötyisivät keskinäisestä sosiaalisesta tuesta. Varsinkin, jos ajatellaan parisuhteen yleisesti ottaen antavan ihmisille tunteen rakastetuksi ja hyväksytyksi tulemisesta, mikä kuuluu ihmisen perustarpeisiin. Neljäs tutkimuskysymys kysyy:

TK4: Millainen yhteys tuen antamisella ja osapuolten hyvinvoinnilla on tapailuvaiheessa?

Viimeisen tutkimuskysymyksen myötä tarkastellaan sitä, millaisia eroavaisuuksia nais- ja miesvastaajien välillä on sosiaalisen tuen suhteen. Esimerkiksi Burleson ja Hanasono (2010) sekä Neff ja Karney (2005) ovat tutkineet naisten ja miesten välisiä eroja liittyen sosiaaliseen tukeen ja he ovat todenneet, että naisilla ja miehillä on jonkin verran eroavaisuuksia tuen viestimisen suhteen. On kuitenkin oleellista huomioda, että miehillä ja naisilla on oletettua vähemmän eroavaisuuksia kuin yleisesti ottaen luullaan. Lähtökohtaisesti miehet ja naiset eivät eroa sen suhteen, millaista tukea he toivovat parisuhteessa (Burleson 2003). Tässä tutkielmassa tutkimuskohteena on kuitenkin tapailuvaihe, joten on tarpeellista selvittää sitä, onko miehillä ja naisilla erilaisia käsityksiä tuen merkityksestä tällaisessa ihmissuhteessa.

TK5: Miten tapailuvaiheen nais- ja miesvastaajien käsitykset sosiaalisesta tuesta eroavat toisistaan?

Tutkimuskysymysten avulla tämä tutkielma pyrkii selvittämään sitä, miten sosiaalista tukea pyydetään ja annetaan tapailuvaiheessa. Kiinnostuksen kohteena on erityisesti se, millainen merkitys saadulla tuella on suhteen tulevaisuuden kannalta. Lisäksi aiempi kirjallisuus on tukena selvitetessä sitä, miten hyvin kuvatuilla viestinnän alan teorioilla voidaan tarkastella suhteen kehittymistä ja syventymistä. Oleellista on myös selvittää sitä, miten sosiaalinen tuki ja tapailuvaiheen hyvinvointi mahdollisesti liittyvät toisiinsa. Miesten ja naisten eroavaisuudet ja samankaltaisuudet ovat oleellinen lisä, jonka myötä on mahdollista tarkastella sukupuolirooleihin liittyviä käsityksiä supportiivisen viestinnän kentällä.

3.2 Aineistonkeruu

Sosiaalinen tuki on laaja käsite, mikä näkyy jo sen monissa määritelmissä. Sosiaalisen tuen tutkijat ovat nostaneet esille, että kaiken kattavaa määritelmää sosiaaliselle tuelle ei vielä ole olemassa. Tämä on omiaan kertomaan siitä, miten monimuotoisesta ilmiöstä puhutaan ja mitä haasteita aiheen tutkimisessa on mahdollista kohdata. Tutkittaessa tämän kaltaista ilmiötä on siis arvioitava tarkkaan, millaisia tutkimusmenetelmiä on tarkoituksenmukaista käyttää, jotta ilmiön monimuotoisuus pääsisi parhaalla tavalla esille.

Tutkimusongelman yrittäessä selventää sosiaalisen tuen viestimisen merkitystä parisuhteen vakiintumisen kannalta on toivottavaa, että vastaukset olisivat ilmiötä mahdollisimman hyvin kuvailevia ja selittäviä. Koska teema ja sen taustalla vaikuttavat syyt eivät ole yksiselitteisiä ja ilmiötä pyritään ymmärtämään tutkimalla kokemuksia ja merkityksiä, on perusteltua lähestyä tutkimusongelmaa kvalitatiivisella tutkimusotteella. Kvalitatiivisen lähestymistavan ansiosta sosiaalisen tuen merkitystä voidaan tutkia ihmisten itsensä kuvailemana. Koska sosiaalista tukea on tutkittu maailmalla yleensä kvantitatiivisin menetelmin, tuo kvalitatiivinen lähestymisote sosiaalisen tuen tutkimuksen kentälle uudenlaisen avauksen (Virtanen 2015, 55). Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella valittua aihetta kokonaisuutena (Alasuutari 2011, 30), ja teorialla on siinä suuri merkitys (Tuomi & Sarajärvi 2018, 18).

Tutkielman aineistonkeruu lähti aluksi liikkeelle Facebookissa levitetyllä pilottikyselyllä, jonka jälkeen tutkielman aineisto kerättiin haastattelemalla kymmenen ihmistä. Tutkielman tekijä halusi lyhyehkön pilottikyselyn avulla testata sitä, kuinka paljon avoimia kysymyksiä sisältänyt lomake saisi

vastaajia. Kysely (ks. liite 2) oli lyhyempi versio lopullisesta haastattelurungosta (ks. liite 1), mutta se sisälsi samoja teemoja. Kahden päivän aikana lomakkeeseen ehti tulla keskimäärin 36 vastausta per kysymys (kaikkiin kysymyksiin ei vastattu). Vastauksia tarkistettiin sitä mukaa, kun niitä tuli nettilomakkeeseen. Vastauksista päädyttiin ottamaan tutkielmaan kyselyaineiston (liite 2) ensimmäiset 20 vastausta tarkasteltavaksi. Kaikki mukaan otetut vastaukset olivat naispuolisilta henkilöiltä.

Rajaus on perusteltua siksi, että loppujen vastauksien seassa alkoi löytyä aiheeseen liittymättömiä kommentteja. Tästä syystä tutkielmassa tarkasteltiin vain 20 ensimmäistä vastausta, jotka olivat asiallisia. Vastauksia tuli yleensä muutamasta sanasta aina parin lauseen pituiseen vastaukseen saakka. Vastaajia tuli siis kiitettävästi, mutta sukupuolittuneesti. Tämä oli lopulta suurin syy siihen, miksi tutkielmassa päädyttiin keräämään lopullinen aineisto haastattelun keinoin. Haastateltavaksi haluttiin viisi naista ja viisi miestä, mikä mahdollistaisi tarvittaessa sukupuolten välisten erojen tarkastelun tulostuloksissa. Lisäksi nettikyselyyn tulleissa vastauksissa oli huomattavissa, että tutkielman tekijän olisi pitänyt vielä paremmin muotoilla kysymyksiä, jotta vastaukset eivät olisi menneet ohi aiheen. Haastattelun myötä oli mahdollista laajentaa kysymysrunkoa sellaiseksi, että se käsitteli myös tukeen liittyviä negatiivisia kokemuksia.

Haastattelun avulla pystytään (Hirsjärvi & Hurme 2011, 11) keräämään tietoa tutkitusta aiheesta joustavasti ja syvällisesti. Puhumalla ihmisten kanssa eli haastatteleamalla heitä on mahdollista ymmärtää ihmisten ajatuksia ja uskomuksia sekä syitä heidän toiminnalleen. Haastattelu on myös Hirsjärven ja Hurmeen (2011, 11, 34–36) mukaan muodoiltaan miellyttävä ja osallistujat yleensä tietävät suunnilleen, mitä odottaa. Haastattelu on myös joustavampi menetelmä kuin esimerkiksi kysely. Jos haastateltavalla herää esimerkiksi jotain kysyttävää liittyen esitettyihin kysymyksiin tai hän ei ymmärrä jotakin, on tutkija tällöin paikalla vastaamassa näihin epäselvyyksiin. Tällä tavoin voidaan välttyä myös väärinymmärryksiltä ja esittää tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Lisäksi keskustelun avulla on mahdollista päästä jossakin aiheessa suhteellisen ”syvälle”, minkä ansiosta haastateltavat saattavat kertoa aiheesta enemmän kuin esimerkiksi pelkkään lomakkeeseen vastatessaan.

Haastattelutyyppiksi valittiin puolistrukturoitu haastattelu, jota Hirsjärvi ja Hurme (2011, 47) kutsuvat teemahaastatteluksi. Tämä oli paras valinta tutkielman kannalta siksi, että haastattelussa haluttiin käydä tietyt teema-alueet läpi, mutta antaa tilaa myös muulle puheelle, joka saattaisi nousta

haastattelun aikana. Hirsjärven ja Hurmeen (2011, 47) mukaan kysymykset ovat tässä tyyliässä kaikille samat, mutta haastattelija voi vaihdella kysymyksien sanamuotoja. Esimerkiksi haastateltavan alkaessa selittää vastausta johonkin kysymykseen ja pyytäessä kesken selityksen toistamaan kysymyksen uudelleen, oli tutkielman tekijällä mahdollisuus sanoittaa kysymys uudelleen erilaisin esimerkein. Williamsin et al. (2004, 957) mukaan puolistrukturoidut haastattelut mahdollistavat sen identifioimisen, mikä on sosiaalisesti sopivaa missäkin tilanteessa.

Tämän tutkielman aineisto muodostuu siis 10 henkilön haastattelusta, joiden rinnalla tuloksissa analysoitiin myös Facebookin kautta levitettyä kyselyä niiltä osin, kun kysymykset ovat olleet samoja (ks. liite 1 ja 2). Haastattelurunko perustui tutkimuskysymyksiin ja siihen katsottiin mallia myös aikaisemmista tutkimuksista, jotka käsitelivät sosiaalista tukea. Haastateltavia etsittiin tutkielman tekijän omien verkostojen kautta. Potentiaalisille haastateltaville kerrottiin viestillä, että tutkimuksessa käsitellään tuen antamista tapailuvaiheessa ja sitä, miten se mahdollisesti vaikuttaa ”viralliseen” parisuhteeseen päätymiseen. Haastatteluun osallistuakseen piti täyttää muutama kriteeri. Näitä kriteereitä olivat yli 18 vuoden ikä, tapailuvaiheessa oleminen haastatteluhetkellä sekä oleminen sellaisessa tapailusuhteessa, jolla olisi potentiaalisesti mahdollisuus siirtyä parisuhteeseen asti. Kyseessä ei saanut siis olla esimerkiksi vain seksisuhde.

Haastateltaviksi valikoituivat sellaiset viisi miestä ja viisi naista, jotka täyttivät tutkielman tekijän asettamat ehdot. Haastateltavat olivat iältään 23–52-vuotiaita ja he asuivat ympäri Suomea. Naishaastateltavien keski-ikä oli 29,4 vuotta ja mieshaastateltavien 30,4 vuotta. Haastateltavien tapailusuhteet olivat haastatteluhetkellä kestäneet kolmesta viikosta yli vuoteen. Kaikki tapailusuhteet olivat heterosuhteita.

Haastattelut toteutettiin tammi- ja helmikuun aikana vuonna 2019. Neljä haastattelua toteutettiin kasvotusten ja loput kuusi WhatsApp- tai Skype-puhelun avulla. Haastattelut nauhoitettiin erillisellä nauhoittimella. Puhelimitse tehdyt haastattelut osoittautuivat toimivaksi tavaksi toteuttaa haastattelu, sillä haastateltavat itse valitsivat sen mieluisimmaksi tavaksi osallistua tutkielmaan. Jokaisen haastattelun alussa tutkielman tekijä kertoi haastattelun kulusta ja yleisistä käytänteistä. Lisäksi tutkielman tekijä kertoi lyhyesti, millaisia asioita tässä tutkielmassa tarkoitetaan, kun puhutaan tuesta (ks. liite 1). Haastattelut käytiin läpi tutkimusrungon mukaisesti (liite 1). Ensimmäisen haastattelun jälkeen tutkielman tekijä lisäsi vielä yhden kysymyksen haastattelurunkoon. Ensin rungossa oli ollut kysymys vain siitä, miten tuki vaikuttaa suhteen syvenemiseen. Haastattelurunkoon sittemmin

lisättiin kysymys siitä, mitkä asiat haastateltavan mielestä vaikuttavat suhteen syvenemiseen. Lopuksi tutkielman tekijä sopi haastateltavien kanssa valmiin työn lähettamisestä haastateltaville työn valmistuttua.

Haastatteluaineisto äänitettiin ja litteroitiin sanasta sanaan. Haastattelut kestivät keskimäärin puoli tuntia ja ne litteroitiin haastattelujen jälkeen. Litteroitua tekstiä syntyi yhteensä 54 sivua, kun fonttina toimi Times New Roman ja riviväliä oli 1,5. Alla olevasta taulukosta on löydettävissä haastateltavien kuvailua iän ja tapailun keston mukaan.

Taulukko 1. Haastateltavien erittely.

Haastateltavat	Ikä	Tapailua kestänyt
H1	26 vuotta	n. 4 kuukautta
H2	25 vuotta	n. 3 kuukautta
H3	52 vuotta	n. 6 kuukautta
H4	29 vuotta	n. 1 kuukauden
H5	23 vuotta	n. 1 kuukausi
H6	29 vuotta	n. 3 viikkoa
H7	38 vuotta	n. 1 vuoden
H8	28 vuotta	n. 1 kuukausi
H9	26 vuotta	n. 2,5 kuukautta
H10	23 vuotta	n. 4 kuukautta

Haastateltaville tehtiin selväksi, että heidän henkilöllisyytensä jää pelkästään tutkielman tekijän tietoon. Lisäksi kaikki sitaatit, jotka mahdollisesti sisältäisivät ihmisten nimiä tai paikkakuntaan liittyviä tunnistetietoja muutettaisiin aineistossa niin, ettei niistä voisi tunnistaa haastateltujen henkilöllisyyttä. Lisäksi hyvän tutkimusetiikan nimissä haastattelut säilytettiin turvallisessa paikassa tutkielman tekijän koneella salasanan takana suojattuna. Tutkielman valmistumisen jälkeen haastatteluaineistot tuhottiin.

3.3 Aineiston analyysi

Laadullista aineistoa on mahdollista tulkita monilla eri menetelmillä, joista useimmiten käytetty on sisällönanalyysi. Sisällönanalyysi voi pitää sisällään sekä sisällön analyysia että sisällön erittelyä eikä näiden kahden käsitteen erottamista nähdä kovinkaan tarpeellisena (Tuomi & Sarajärvi 2018, 89). Tuomen ja Sarajärven mukaan (2002, 105) sisällönanalyysissa on tarkoituksena tarkastella kerättyä aineistoa eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien sekä tiivistäen. Sisällönanalyysissa tutkittavat tekstit voivat olla lähes mitä vain tekstimuotoisia aineistoja, joten haastatteluaineisto sosiaalisesta tuesta sopii tähän kategoriaan. Aineistoa voidaan myös kvantifioida, mutta analyysitapa kuuluu silti kvalitatiiviseen tutkimusperinteeseen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 99).

Aineistoa on myös hyvä purkaa ja tarkastella jo keräysvaiheessa (Hirsjärvi & Hurme 2011, 135). Näin tehtiin myös tässä tutkielmassa. Tutkielman tekijä tiivisti jo haastattelutilanteessa haastateltavien sanomisia, minkä myötä haastateltavilla oli vielä mahdollisuus korjata, jos tutkielman tekijä oli ymmärtänyt haastateltavan ajatuksia väärin. Näin tutkielman tekijä sai ylös alustavia teemakokonaisuuksia. Kuitenkin varsinainen lopullinen tulkinta tapahtui kokonaan litteroidusta aineistosta. Tulkinta tapahtuu Hirsjärven ja Hurmeen mukaan (2011, 137) merkityksiä erittelemällä, tiivistämällä ja luokittelemalla. Heidän mukaansa aineiston luokkia yhdisteltäessä niiden välille yritetään löytää jotakin säännönmukaisuutta tai samankaltaisuutta. Kerättyä aineistoa on tarkasteltu eritellen niin, että siitä on ollut mahdollista löytää yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia (Hirsjärvi & Hurme 2011). Aineistoa on myös luokiteltu ja sen sisältöä on pyritty kuvailemaan tulososiossa mahdollisimman objektiivisesti käyttäen apuna aiempaa teoriakirjallisuutta.

Aineiston analyysi suoritettiin käymällä se useita kertoja läpi. Haastatteluista nousi esille viisi teemaa, jotka liittyivät oleellisesti haastattelukysymyksiin. Haastattelukysymyksiin tulleita vastauksia yhdisteltiin teemoihin, jotta kaikki tarpeellinen saataisiin vastauksista esille. Aineistoa koodattiin käsin paperille niin, että esimerkiksi jonkin tietyn kysymyksen vastauksista nähtiin, millaisia asiat, tunteet tai toimintatavat saivat mainintoja. Esimerkiksi toivotuin tuen muoto -kysymys voitiin koodata niin, että haastateltavan mainitessa kuuntelemisen hänelle tärkeimpänä tuen antamisen muotona, tämä maininta laitettiin taulukkoon, jossa kaikki haastateltavien mainitsemat tuen antamisen tavat olivat. Tällä tavalla taulukkoon laitettiin esimerkiksi kuusi merkintää kuuntelemisen

kohdalle, kaksi kyselemisen kohdalle ja niin edelleen. Esimerkiksi kuunteleminen nousi monissa vastauksissa useasti esille, minkä myötä se kirjoitettiin myös tuloksissa auki mahdollisimman selvästi ja se yhdistettiin jonkin tietyn teeman alle. Hirsjärven ja Hurmeen (2011, 173) mukaan tällainen teemoittelu tarkoittaa siis sellaisia aineistosta esiin nousevia piirteitä, jotka ovat usean haastateltavan kohdalla yhteisiä.

Hirsjärvi ja Hurme toteavat lopuksi (2011, 137), että tutkielman tekijä pyrkii löytämään aineistosta piirteitä, joita ei ole tekstissä täysin suoraan sanottu. Tulkinta on siis tietyllä tavalla spekulatiivista ja koska tutkielman tekijällä on oma näkökulmansa tutkielman tekoon, tulkitsee hän tällöin aineistoa tästä näkökulmasta. Tarkoituksena on kuitenkin tulkita ja kuvailla aineistosta esille nousevia asioita mahdollisimman objektiivisesti. Pyrkimyksenä on heidän mukaansa (2011, 151) päätyä sellaisiin tulkintoihin, että myös tekstin lukija voi löytää aineistosta ne asiat, jotka tutkijakin löysi.

Sisällönanalyysissa aineiston tulkinta on mahdollista tehdä aineisto- tai teorialähtöisesti. Tulosten liittäminen teoreettisiin näkökulmiin avaa tutkimusta tavalla, joka on uutta lukijan näkökulmasta (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 23). Tästä syystä sisällönanalyysi sopii tähän tutkielmaan myös siksi, että aineiston tarkastelussa käytetään apuna kolmea erilaista ihmissuhteisiin liittyvää teoriaa, joiden lisäksi itse aineistosta nousevat teemat otetaan huomioon. Koska tässä tutkielmassa tullaan tarkastelemaan sosiaalisen tuen merkitystä tapailuvaiheessa sekä aineiston että teorian kautta, sisällönanalyysi mahdollistaa aineiston käsittelyn kattavasti. Lopullisena tarkoituksena onnistuneessa analyysissa on, että tarkasteltu ilmiö asettuu uuteen ja tuoreeseen lähestymistapaan niin, että se houkuttelee muita tutkijoita jatkokehittämään tutkimuksen avaamia mahdollisuuksia (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 24).

4. TULOKSET

Tässä tutkielmassa tutkittiin tapailuvaiheessa olevien osapuolten toinen toisilleen viestimää sosiaalista tukea sellaisessa tapailusuhteessa, jonka toivottiin etenevän lopulta parisuhteeseen. Tutkimuskysymyksiä oli viisi kappaletta ja tuloksia esitellään vastauksista muodostuneiden teemojen kautta. Ensimmäiset neljä teemaa kuvaavat tuloksia yleisellä tasolla ja aineistona toimivat haastattelut ja nettikysely. Viimeinen teemakokonaisuus kertoo naisten ja miesten välillä ilmenneistä eroavaisuuksista ja aineistona ovat pelkät haastattelut.

4.1 Tuen hakeminen ja viestiminen

Haastateltavien mukaan heidän tapailusuhteissaan esiintyi tuen hakemista ja antamista eli supportiivista vuorovaikutusta. Myös nettikyselyn tulokset tukevat tätä. Haastateltavien mukaan tapailusuhteen molemmat osapuolet olivat ilmaisseet tuen tarpeita ja niistä oli viestitty erilaisilla tavoilla.

Haastattelujen perusteella supportiivisuuden viestimisen yksi keskeisimmistä teemoista oli se, kuinka suoraan tai epäsuorasti tukea haettiin. Haastateltavilla oli kaksi erilaista tapaa tuoda tapailukumppanilleen esille tarve tukeen. Mainituista tavoista ensimmäinen oli jollain tavalla asiaan johdatteleminen esimerkiksi kysymyksen kautta tai omasta kokemuksesta kertomalla. Toinen keino oli suoraan asian esille ottaminen. Kaikille haastateltaville ei ollut vielä haastattelujen aikaan tullut vastaan sellaista tapailuun liittyvää asiaa, josta he olisivat halunneet keskustella tapailukumppaninsa kanssa. Osa haastateltavista kertoi, ettei oikeastaan pyydä tukea tapailukumppaniltaan. He olivat kuitenkin sitä mieltä, että jos tapailu etenisi parisuhteeksi, he pyytäisivät vastapuolelta tukea. Muutama haastateltava totesi, että tukea ei varsinaisesti tule pyydettyä sanoilla ”voitko nyt tukea minua”, vaan enemminkin vain alkamalla kertoa jostakin mieltä vaivaavasta asiasta. Seuraavissa esimerkeissä haastateltavat kuvailevat omaa toimintaansa sellaisessa tilanteessa, kun he haluavat puhua jostain tapailuun liittyvästä:

H10: Mä otan sen asian esille kyl ihan aika suoraan. Ei mun tarvii sitä sillee kierrellä tai johdatella mitenkään, vaan mä oon sillee, et ”hei, mä oon muuten miettiny tällasta”. -- Sillee et mä rupeen vaan puhumaan ja kerron, että on tämmöstä mielen päällä.

H6: Kysyn, että mitä sinä olet miettinyt tästä asiasta. -- Jos hän sanoo, ettei hän oo miettinyt tollasta, niin sit mä tavallaan vähän niinku pakotan tai rohkaisen sillee no mietippäs nyt. Ja sit mä kerron mitä mieltä mä oon ja sillä lailla.

Myös verkkokyselyn vastaukset tukevat suurimmaksi osaksi havaintoa siitä, että tuen tarpeesta viestitään tapailuvaiheessa joko suoraan tai epäsuorasti. Nettikyselyn 20 vastaajasta puolet kertoi jollain tavalla pohjustavansa tuen pyytämistä johdattelemalla aiheeseen, vihjaamalla tai kysymällä kysymyksen aiheeseen liittyen. Loput sanoivat kysyvänsä tai viestittävänsä asiasta suoraan, esimerkiksi kasvotusten tai puhelimen välityksellä. Yksi nettivastaaja kuvailee toimintaansa:

Nettivastaaja: Puhun suoraan, mutta hienotunteisesti. "Tunnustellen." Tuntuu, että tapailukumppanille on joissain määrin helpompaa avautua, koska kyseinen henkilö ei ole minua kovin pitkään tuntenut, joten tietyt ennako-oletukset ja pohjatiedot puuttuvat.

Toinen tuen hakemiseen liittyvä asia oli haastattelujen perusteella se, millaiseen asiaan haastateltavat ja nettivastaajat kysyvät tukea. Haastateltavien mukaan silloin, kun tukea haluttiin johonkin vaikeaan asiaan, se tehtiin yleensä kasvotusten. Jos kyseessä oli esimerkiksi johonkin arkipäiväiseen, pienehköön asiaan liittyvä huoli, siitä oli helpompi lähettää viesti. Yksi haastateltava kertoi, että hänen ja tapailukumppanin kahdenvälisistä asioista puhuttaessa on nähtävä kasvotusten, mutta jos hän yleisesti ottaen halusi "ruikuttaa" jostakin asiasta, hänelle riitti puhelimen välityksellä saatu tuki. Yksi haastateltava kertoi, että tarvitessaan tukea hän kysyy tapailukumppaniltaan, onko hänellä aikaa jutella tai nähdä. Näin hän ilmaisee tarpeensa tukeen. Kuitenkin esimerkiksi nettivastaajista neljäsosa mainitsi, että tapailuun liittyvän asian esille ottaminen oli haastavaa, vaikka he lopulta tekivät sen. Seuraavassa haastateltava ja nettivastaaja pohtivat tapailuun liittyvästä asiasta keskustelemista tapailukumppaninsa kanssa:

H2: Kyl mä koen että mä pystyn puhumaan asioista hyvin. Ja ehkä sen takia, että nyt ku hän asuu vielä X ja mä X, niin jotenki molemmat tietää sen, et on tosi tärkeet kommunikoida sillee kunnolla, koska ei pysty nyt näkemään toista. Ni sitte aika herkästiki on ehkä sanonu asioist mist ei sitte välttämättä sanois, jos elettais tavallaan normaaliarkee yhdessä.

Nettivastaaja: En täysin avoimesti. Emme käsittele suhteeseemme, sen vakavuuteen tai tilaan liittyviä asioita. Voin ilmaista tunnetilani ja saada niille kumppanilta vastinetta, mutta joistain asioista emme (ainakaan vielä) puhu.

Viimeinen tema-alue supportiivisuuden viestimisessä liittyi siihen, millaista tukea tapailuvaiheessa annettiin ja toivottiin saavan. Haastattelujen perusteella toivotuin supportiivisuuden viestimisen tapa tapailuvaiheessa oli emotionaalisen tuen antaminen ja erityisesti kuunteleminen. Tapailukumppanin toivottiin antavan tukea monilla eri tavoilla. Eniten tukea toivottiin annettavan arkeen liittyvissä

asioissa. Yli puolet haastateltavista toivoi tapailukumppaniltaan sellaista tukea, joka liittyi jollain tavalla heidän omaan arkeensa ja sen jakamiseen. Tämän toivottiin tapahtuvan esimerkiksi kuulumisten kysymisellä. Lisäksi haastateltavien mukaan toisen tekemä tunteiden vahvistus sekä tilan antaminen olivat tärkeitä tuen antamisen muotoja. Yksi haastateltava mainitsi, että hänelle on tärkeää se, että tapailukumppani pitää etäisyytensä eli osaa olla neuvomatta liikaa. Emotionaaliseen tukeen liittyi lisäksi haastateltavien mukaan toisen osoittama myötäeläminen. Tukea toivottiin annettavan yleisesti ottaen puhumalla erilaisista asioista kummankin elämässä. Haastateltavista muutama mainitsi tärkeäksi tuen muodoksi tunteen siitä, että toinen on saatavilla tarvittaessa. Lisäksi jonkinlainen fyysinen läheisyys, esimerkiksi halailu, listattiin toivotuksi tukimuodoksi.

Nettivastaajat olivat myös hyvin samoilla linjoilla haastateltavien kanssa. Toivottuja tuen muotoja oli useita, joista suurin osa mainittiin jo haastateltavien toimesta. Nettivastaajat lisäsivät vielä muutamia tapoja antaa heidän toivomaansa tukea: lohdutus, kannustaminen ja konkreettiset teot, kuten vaikkapa työnhaussa avustaminen. Haastateltava ja nettivastaaja pohtivat toivomaansa tuen muotoa:

H8: No sillee arkipäiviisiin asioihin. -- Mun mielestä on tosi tärkeää, että vois avoimesti jutella niistä asioista, mistä mä haluan puhua sen kanssa. -- Sitä aidosti kiinnostaa ja se välittää siitä, että mitä sä kerrot sille.

Nettivastaaja: Esimerkiksi asioissa, joita itse teen ja joista hänellä on enemmän kokemusta (järjestötoiminta, opinnäytteen kirjoittaminen). Toivoisin tukea kuitenkin myös vähemmän konkreettisissa asioissa, kuten vaikkapa muissa ihmissuhdevaikeuksissa ja stressissä. Tärkeintä on mahdollisten vinkkien ja apukeinojen antaminen, tai jo pelkästään kuuntelu ja läsnäolo.

Lähes kaikki haastateltavat kertoivat, että heidän tapailukumppaninsa oli myös osoittanut jollain tavalla tarvitsevansa tukea tapailuvaiheessa. Tapailukumppanin puolelta tukea oli pyydetty samalla tavalla arkisiin asioihin ja esimerkiksi suhteen jatkuvuuteen liittyen. Haastateltavat kertoivat tapailukumppaninsa ilmaisseen tarpeensa tukeen hyvin samalla tavalla kuin he itsekin olivat pyytäneet tapailukumppaniltaan tukea, eli alkamalla puhua asiasta kasvotusten tai viestien välityksellä. Haastateltavista kukaan ei erikseen maininnut, että heidän tapailukumppaninsa olisi jollain tavalla johdatellut aiheeseen. Muutama haastateltava kertoi, ettei heidän tapailukumppaninsa ollut pyytänyt heiltä tukea ollenkaan tai vain kausiluontoisesti. Tämä oli koettu haastavaksi. Haastateltavat kuvailevat tapailukumppaninsa tuen hakemista:

H4: Tai joku mietityttää, niin hän kyl ihan samallailla laittaa mulle viestii tai soittaa ja yhdessä sitä sitte pähkäillään ja mietitään.

H9: Mut hän hakee paljon [tukea] ja kyl mä tuen häntä. -- Se on sille tosi vaikee kasvotusten. Vaik hän muuten on kauheen sosiaalinen ja puhuu kauheesti, mut en tiä mikä siin sit on et - eikä hän oikeen itekään sit tienny.

Haastateltavien mukaan he antoivat tukea tapailukumppanilleen hyvin samanlaisella tavalla, kuin he itsekin toivoivat saavansa tukea. Näitä tapoja oli monia erilaisia, joista eniten mainintoja sai toisen kuunteleminen. Tämän jälkeen haastateltavat kertoivat antavansa tukea kannustamalla ja piristämällä toista, osoittamalla empatiaa, kohtaamalla tapailukumppaninsa emotionaaliset huolet, tarjoamalla neuvoja tai konkreettista apua ja lohduttamalla. Yksi haastateltavista kertoi, että on mieluiten paikalla tuenanthetkellä, jotta hän pystyy reagoimaan tapailukumppanin sanomisiin heti. Yksi haastateltava kertoi vielä, että vaikka hänen tapailukumppaninsa ei varsinaisesti pyydä häneltä tukea, niin hänen huomattessaan toisen mahdollisen tuen tarpeen hän otti asian esille tapailukumppanin kanssa suoraan. Haastateltavat pohtivat omia tuen antamisen tapojaan:

H8: Jos mietitään et sil olis oikeesti joku iso juttu, nii mulla luultavasti tulis sillee, et mä koittaisin jollain tavalla löytää sen asian, et minkä takia se ei oo niin iso asia tavallaan se homma. -- Mut sillee et piristää sitä toista ja antaa ymmärtää, että hei mä oon ainaki tässä sun tukena. Et sit ku kaadut, niin otan vastaan.

H6: Mä koenkin sen sellaisena, et tässä alkuvaiheessa mun tehtävä on näyttää, että hei mä oon täällä sua varten, jos sä sitä kaipaavat, eikä niin et sun tarvis heti kauheesti kysellä ja niin. Tää tavallaan kytkeytyy siihen, et mä oletan itsekin just sitä, et toinen sillee aistii ja nuuhkii sitä, et millanen fiilis mulla on.

Haastattelujen perusteella jo tapailuvaiheessa tapailukumppanin kanssa ollaan sellaisessa vuorovaikutuksessa, jossa viestitään supportiivisuutta puolin ja toisin. Kun tapailukumppanilta halutaan tukea, tämä tarve tuodaan esille joko suoraan tai aiheeseen johdattelemalla. Tuen hakemiseen tapailukumppanilta vaikutti merkittävästi se, millaisesta asiasta oli kyse. Haastavampiin asioihin tartuttiin haastateltavien mukaan mieluiten kasvotusten. Haastateltavien mukaan he toivoivat omaan tuen tarpeeseensa vastattavan monilla eri tavoilla ja nämä toivotuimmat tuen antamisen tavat olivat suurimmaksi osaksi emotionaalista tukea. Haastattelujen perusteella oli selvää, että myös haastateltavien tapailukumppanit olivat ilmaisseet tarvetta tuelle ja siihen reagoitiin samalla tavalla, kuin omaan tuen tarpeeseen toivottiin reagoitavan.

4.2 Tapailusuhteen syveneminen

Tämän tutkielman toinen keskeinen kiinnostuksen kohde oli se, mikä vaikuttaa tapailusuhteen syvenemiseen kohti parisuhdetta. Haastateltavien mukaan heidän tapailusuhteensa syvenemiseen vaikuttivat monet asiat, joista eniten mainintoja saivat kokemus yhteisestä sitoutumisesta tapailuun sekä luottamuksen syntyminen. Tärkeiksi tekijöiksi laskettiin myös ajan viettäminen yhdessä, toisen ymmärtäminen, samankaltaisuus (esimerkiksi arvot, samalla ”aallonpituudella” oleminen),

keskinäinen viestintä, käytöksen systemaattisuus (esimerkiksi toiminta arkisissa tilanteissa), tunteista kertominen ja seksuaalisuus. Lisäksi tuen antaminen jo tapailuvaiheessa koettiin sellaiseksi tekijäksi, joka edisti tapailusuhteen syventymistä.

Haastattelujen perusteella kaikkien haastateltavien suhteet olivat syventyneet jollain tavalla ensikohtaamisista. Toisaalta yksi haastateltava kertoi, että hänen suhteensa hänen tapailukumppaninsa kanssa ei ollut syventynyt vielä enempää siksi, että haastateltavalla oli vaikeuksia saattaa tapailukumppani ja hänen omat ystävänsä yhteen. Hän ei siis itse ollut vielä valmis suhteen syvenemiseen. Kaksi haastateltavaa pohtii tapailusuhteensa syvenemiseen liittyviä tekijöitä seuraavasti:

H8: Mun mielestä siihen liittyy tosi paljon kaikki muutkin asiat, ku pelkkä tuki. Se on vaan yks osa-alue siitä. -- Sitoutuminen toiseen, nii se on semmonen asia, mikä vie mun mielestä asioita eteenpäin. Ja mun mielestä luottamus pitää olla myös se, mistä sä puhut tässä tosi paljon, semmonen toisen tukeminen.

H3: Siihen varmaan on vaikuttanu just se, että meillä on hyvin samankaltainen arvomaailma. Meil on hyvin samansuuntaiset uskomukset myöski ja näkemys maailmasta, et minkälainen tää on paikkana. Sitte meillä on myös samantapasia mielenkiinnon kohteita ja toiveita just tulevaisuudessa. -- Esimerkiks yhteiset työkuviot ja yhteiset illanvietot. Ne on sellasia, jotka sit tuo yhteen.

Edellä mainittujen asioiden lisäksi kaikki haastateltavat ja verkossa kyselyyn vastanneet olivat sitä mieltä, että tuen saaminen tapailukumppanilta vaikutti heidän välisensä suhteen syvenemiseen. Haastateltavat kertoivat, että tuen myötä itsestä esimerkiksi uskallettiin kertoa enemmän asioita ja suhteelle annettiin ajallista panostusta. Haastateltavien mukaan vaikeista asioista puhuminen syvensi suhdetta entisestään ja antoi sellaisen olon, että toinen hyväksyy kertojan sellaisenaan. Tuen saamisen myötä kuvattiin tulevan myös tunne, että toisen olemassaolosta voi esimerkiksi mainita läheisille ihmisille ja se antaa uskoa suhteen tulevaisuudesta. Tuen vaikutus tapailusuhteen syvenemiseen näyttäytyi haastateltaville muun muassa seuraavilla tavoilla:

H10: -- Mut mä ite koen, et mä tarviin kyllä semmost tukee. -- Kyl mä uskon, et se luo ainaki mulle itselle henkilökohtasesti sit parisuhteessa semmosen pohjan siihen. Jos mä saan semmosta tukea, kun mä itsekin haluan, se auttaa mua luottamaan häneen ja se lisää sitte totta kai sitä meidän välistä yhteyttä.

H2: No se vaikuttaa sil taval, et mul tulee ehkä itelleni sitte enemmän luottavaisempi olo siihen ja sit uskaltaa antaa itestään enemmän ja laittaa enemmän omaa aikaa siihen suhteeseen. Niinku vastakohta sille etäänäytymiselle.

Haastattelut osoittavat myös, että haastateltavien mielestä tuen antamisella tapailuvaiheessa on merkitystä tapailun vakiintumisen kannalta. Kaikki haastateltavat totesivat, että he kokivat tuen saamisen tapailukumppaniltaan merkitykselliseksi osa-alueeksi, kun mietitään tapailun virallistamista. Tuki liitettiin myös yleisesti sitoutumiseen ja luottamuksen rakentamiseen, jotka

yhdessä vaikuttivat pohdintaan siitä, voisiko tapailusuhdetta jossain kohtaa virallistaa. Seuraavassa haastateltavat pohtivat tuen merkitystä tapailusuhteen vakiintumisen kannalta:

H7: Vaikuttaahan se tosi paljon, että mä pystyn puhumaan hänelle asioita ja hän kuuntelee ja hän on siellä. -- Jos hän ei tukis mua, ei olis suhdettakaan, koska kyl se on ihan ehdoton peruselementti kaikelle. Moni muukin asia parisuhteessa, mut kyl tuki pitää olla. Et tietää et toinen pitää sun puolia.

H9: Mut et mä en lähe suhteeseen, jos mä en oikeesti pysty luottaa toiseen. Niin kyl mä koen sen nyt niin, että se tuki mitä mä silt saan, on hyvin tärkeä taas sen luottamuksen rakentamisen kannalta. Ja siitä sitten, jos mulla on semmonen fiilis, niin kyllä siitä sitten voidaan mennä parisuhteeseen.

Haastattelujen perusteella tapailusuhteeseen ja sen tulevaisuuteen liittyvistä asioista on mahdollista puhua jo tapailuvaiheessa, mikä viittaa suhteen olevan syventynyt alkukohtaamisista. Tapailusuhteen syvenemiseen vaikuttavat monet asiat, joista tärkeimmäksi nousivat haastateltavien mukaan luottamus, yhteinen sitoutuminen sekä tuen antaminen. Tuen antamisella jo tapailuvaiheessa koettiin olevan merkitystä myös sen kannalta, siirtykö tapailusuhde lopulta vakituiseksi parisuhteeksi.

4.3 Vääränlainen tai puuttuva tuki

Kolmas tutkielman teema käsitteli sitä, millainen merkitys vääränlaisella tai puuttuvalla tuella on tapailusuhteen toimivuuden kannalta. Haastattelujen perusteella näyttää siltä, että haastateltavien saadessa ei-toivottua tukea tapailukumppaniltaan seuraukset saattavat olla tapailusuhteen kannalta huonojakin. Lähes kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että tapailukumppanilta saatu vääränlainen tuki vaikuttaa suhteen jatkuvuuteen.

Haastatteluiden perusteella vastaajilla oli kolme erilaista tapaa reagoida tapailukumppanin antamaan vääränlaiseen tai puuttuvaan tukeen. Kaikki haastateltavat eivät olleet vielä haastattelujen aikaan kohdanneet sellaista tilannetta, jossa nykyinen tapailukumppani olisi antanut heille ei-toivottua tukea. He kuitenkin peilasivat kokemuksiinsa entisiin romanttisiin suhteisiinsa. Jos haastateltavat eivät olleet tyytyväisiä saamansa tukeen tapailukumppaniltaan, reagointitavaksi mainittiin useimmin suoraan tapailukumppanin kohtaaminen asian tiimoilta: tältä kysyttiin suoraan esimerkiksi onko jokin hätänä. Asiasta ei kuitenkaan kysytty välttämättä heti: tilannetta yleensä tarkkailtiin jonkin aikaa ja sitten vasta tuotiin esille kokemus siitä, että saatu tuki ei ole ollut toivottua. Haastateltava kuvailee omaa toimintaansa kyseissä tilanteissa:

H3: No jossain vaiheessa varmaan puhuu siitä. Et sitte jos sitä jatkuu pidempään, et ehkä ens alkuun sitä voi vähän miettiä et okei, mitä täs tapahtuu. Ja sitte varmaan just miettii et okei, eikö se huomaa asiaa vai onks sillä itellä jotenki niin paljon juttuja menossa tai muuta et se ei vaan tajuu sitä. Mut sit jos se jatkuis pidempään, niin sitte kyllä ottasin sen asian esille.

Toiseksi eniten mainintoja reagointitavoista sai kokemus jonkinlaisten negatiivisten tunteiden heräämisestä. Haastateltavat kertoivat vääränlaisen tai negatiivisen tuen vaikuttavan heidän käytökseensä tapailukumppanin seurassa ja heidän kokemiinsa tunteisiin tapailukumppania kohtaan. Heränneitä tunteita kuvattiin kiukkuna, ärsyyntymisenä, epävarmuutena ja pois päin työntämisenä. Suhdetta myös arvioitiin uudelleen. Huonoksi koettu tuki sai esimerkiksi jotkut haastateltavat pohtimaan tapailukumppanin sopivuutta itselle, erityisesti entisten ikävien kokemusten valossa. Toisaalta haastateltavista osa oli sitä mieltä, että ei-toivotun tuen saamisen yhteydessä he eivät olisi kuitenkaan heti luovuttamassa toisen suhteen. Haastateltava kuvailee tunteitaan vääränlaisen tuen saamisen yhteydessä:

H8: Heti tulee semmonen tosi kylmä vaikutelma siitä ihmisestä ja kyl se on semmonen asia, mikä tavallaan työntää mua pois päin siitä ihmisestä. -- Tai arvioi tavallaan ehkä sitä teidän välistä suhdetta ihan eri tavalla. -- Varmaan alkaa [kirosana].

Kolmanneksi eniten puhuttiin siitä, että saadessaan ei-toivottua tukea haastateltavat vain kääntyvät jonkun toisen ihmisen puoleen tuen tarpeensa kanssa tai yrittävät unohtaa tapahtuneen. Neljäs tapa oli asian sivuuttaminen tai reagoimattomuus, mistä mainitsi kaksi haastateltavaa. Haastateltavat pohtivat käyttäytymistään saadessaan ei-toivottua tukea:

H1: No henkilökohtaisesti mä oon siis tottunu siihen, et mä en saa mitään tukea. Et mä vaan jatkan olemassaoloa. Jos joku ei kuuntele mua, niin mä käännyin toisen ihmisen puoleen, joka saattas kuunnella mua. Ja jos ei sitä oo, nii sit mä vaan viihdytän itteeni jollain tavalla. Mä en oo sinänsä riippuvainen tosta.

H6: Varmaan tässä vaiheessa nyt kun tää on kuitenkin niin alkuvaiheessa, niin mä vähän sillä lailla työnnän sen jonneki tonne takaraivoon ja olen ajattelematta sitä. Yritän aktiivisesti olla ylianalysoimatta, onnistuu toisinaan paremmin ja toisinaan huonommin. -- Yrittää vähä sillee sanoa itselleen et ei tää nyt haittaa. -- Ja sitte jos hän tekeeki jotain sellasta vähän negatiivista, niin sit antaa yllättävän paljon myöski anteeksi.

Kukaan haastateltavista ei haastattelujen aikana maininnut, millaista tällainen ei-toivottu tuki heidän kohdallaan oli ollut. Tätä ei myöskään erikseen kysytty haastateltavilta. Kaikki haastateltavat olivat yhtä lukuun ottamatta myös sitä mieltä, että vääränlainen tai jollain tavalla negatiivinen tai puuttuva tuki vaikuttaa pidemmällä tähtäimellä heidän kiinnostukseensa jatkaa tapailua tapailukumppaninsa kanssa. Eriävän mielipiteen antanut haastateltava oli sitä mieltä, että vääränlainen tai puuttuva tuki ei vaikuttanut tapailusuhteeseen siksi, että he eivät vielä olleet määritelleet tapailusuhteensa vakavuutta

tapailukumppanin kanssa. Haastateltavat pohtivat vääränlaisen tuen vaikutuksia tapailunsa jatkuvuuteen:

H4: Kyl mä luulen et se vaikuttaisi negatiivisesti, koska mulla on itellä edellisistä suhteista sit niin paljon sitä negatiivista ilmapiiriä ja muuta ollu. Niin mä luulen et se vaikuttaisi muhun ehkä sillee vetäytyvästi tai sillee, et mä rupeisin heti ehkä sitä suhdetta miettii uudelta kannalta, et oonks mä valmis lähtee uudestaan sellaseen, et jos toisesta nopeesti tulis sellasia piirteitä esiin.

H9: -- Ehkä mä voisin mieleni vähän pahottaa ja kysyä, en ehkä siinä hetkessä, mut sit vähän myöhemmin, et no mikä se juttu oli. Tai jos käy niin, et se kelkka kääntyy ihan kokonaan -- kyl mä siin vaiheessa sit varmaa lähtisin kattoo seuraavaa. Jotenki näin. Tosiaan ku ei voi tietää, mut jos se nyt joku päivä ei olis niin tukea antava, niin en mä nyt heti luovuttais.

Kaiken kaikkiaan haastatteluiden mukaan tapailuvaiheessa olevat henkilöt reagoivat neljällä eri tavalla saadessaan tapailukumppaniltaan ei-toivottua tukea. Näitä reagointimuotoja olivat asian puheeksi ottaminen, erilaiset negatiiviset tunnereaktiot, tuen hakeminen jostain muualta ja asian sivuuttaminen. Lähes kaikki haastateltavat myös kokivat, että negatiivisella tai vääränlaisella tuella on vaikutusta siihen, jatkuuko tapailu.

4.4 Hyvinvointi tapailusuhteessa

Haastateltavien mukaan hyvinvointi tapailusuhteessa oli olennainen osa suhteessa pysymistä. Hyvinvointi koostui sellaisesta viestinnästä, joka herätti positiivisia tunteita, oli toimivaa ja luottamuksellista. Haastatteluiden perusteella hyvinvointia kuvaavia tunteita olivat rauhallisuus, iloisuus ja kiintymys. Tähän liittyi haastateltavien mukaan myös tunne siitä, että vuorovaikutustilanteessa pystyi olemaan ja toimimaan omana itsenään. Hyvinvointia edistävää vuorovaikutusta kuvailtiin luontevaksi ja sujuvaksi.

Esimerkkeinä vastavuoroisuudesta mainittiin muun muassa se, että molemmat osapuolet ovat äänessä sopivassa määrin ja että kumpikin on viestien lähettämisen suhteen aloitteellinen. Myös rehellisyys mainittiin useasti. Tällä tarkoitettiin sitä, että kaikista asioista pystytään puhumaan mahdollisimman avoimesti. Tämä johti muutaman haastateltavan mukaan tuntemukseen luottamuksesta ja siitä, että toinen pystyy olemaan tukena. Lisäksi arvostetuksi ja huomioduksi tulemisen tunteen kerrottiin lisäävän hyvinvointia. Myös vuorovaikutuksen sävyn ollessa positiivista hyvinvoinnin koettiin lisääntyvän. Haastateltavat kuvailevat, millainen vuorovaikutus saa heidät voimaan hyvin tapailusuhteessa:

H3: Aika lailla tällasta, mitä se on olluki. Että meil on hauskaa yhdessä, me viihdytään toistemme seurassa ja sitte et me jutellaan mahdollisimman rehellisesti kaikista asioista. Jos just vaikka pelottaa joku tai epäilyttää joku asia tai muuta, niin puhutaan niistä sit samantien, kun ne tulee mieleen ja alkaa vaivaa.

H10: Kaiken pitää olla mun mielestä siis hyvin avointa. Kaikessa mun mielestä rehellisyys on kaiken pohja, siis ihan jokasessa asiassa, mitä mä teen. -- Ja se vuorovaikutuksen pitää olla sellasta luontasta ja sujuvaa. Tää liittyy mun mielestä siihen, et sun pitää olla samalla aallonpituudella sen ihmisen kanssa.

Verkkokyselyyn vastanneet olivat lähestulkoon samaa mieltä haastateltavien kanssa liittyen siihen, mikä saa heidät voimaan hyvin tapailusuhteessa. Eniten puhuttiin luottamuksesta ja ajasta yhdessä. Toisaalta mainintoja sai myös ajan viettäminen erillään. Lisäksi jo aiemmin mainitut rehellisyys ja samanhenkisyys nousivat oleellisiksi asioiksi. Nettivastaajat pohtivat sitä, mistä hyvinvointi tapailusuhteessa koostuu:

Nettivastaaja: Hyvästä keskusteluyhteydestä ja luottamuksesta toiseen. Se, että molemmat saavat viettää aikaa myös toisistaan erillään. Siitä, ettei liian suuria päätöksiä tulevaisuuden suhteen tehdä vielä, vaikka niistä voi puhua.

Nettivastaaja: Hyvinvointi koostuu ensin molempien henkilökohtaisesta hyvinvoinnista, muuten he nakertavat toistensa hyvinvointia. Toisen tukeminen on tärkeä henkinen apu. Mutta tapailuvaiheessa erityisesti nostaisin esille ihastumisen toiseen ja hänen seurastaan nauttimisen suuresti.

Haastatteluiden perusteella tapailuvaiheessa oli tullut esille myös asioita, jotka olivat vaikuttaneet negatiivisesti hyvinvointiin tapailusuhteessa. Lähes kaikki haastateltavat kertoivat, että tapailun aikana oli ilmennyt jotain, mikä oli saanut heidät voimaan henkisesti huonosti. Eniten haastateltavat kertoivat huonon olon liittyneen jollain tavalla heidän kahdenväliseen suhteeseensa tapailukumppanin kanssa. Myös ne muutamat, jotka eivät maininneet kokeneensa pahaa oloa tapailun aikana kertoivat kuitenkin, että heitä oli mietityttänyt tai jännittänyt jokin asia, joka oli liittynyt heidän tapailukumppaniinsa.

Huonoa oloa tuottaneisiin, kahdenkeskisiin asioihin liittyi useimmiten toisen menneisyys, tarkemmin sanottuna entinen puoliso tai joku muu läheinen ihminen. Muita haastateltavien kertomia, huonoa oloa tuottavia asioita olivat yhteisen ajan puute, suhteen määrittely ja oma epävarmuus. Haastateltavat pohtivat heille pahaa oloa tuottanutta asiaa tapailusuhteissaan:

H4: No on ilmennyt. Se ehkä just tää hänen entinen suhteensa tai entinen puoliso, niin se on ollu semmonen, mikä on tuonu mulle tietyllä tavalla ehkä omista aikasemmista kokemuksista ja epävarmuudesta ja semmosesta pettymyksistä johtuvaa, ei hänestä tai hänen toiminnasta johtuvaa [epävarmuutta]. -- On ruvennu ite miettimään, että no mitä jos se nyt ei meekään ihan näin ku me ollaan suunniteltu tai tuleeki tämän toisen ihmisen puolelta liikaa vaikeuksia tai asioita, mitkä vaikeuttaa taas meidän suhdetta.

H2: No joo. Siin oli muutamii sellasii juttui, mitkä sai mun olon tosi epävarmaks. Ja itse asias oli kyl hänenki puolelt myös minusta sellasia juttuja, mitkä sai hänet epävarmaksi.

Kaiken kaikkiaan haastatteluiden perusteella hyvinvointi tapailusuhteessa muodostui monista erilaisista asioista, jotka liittyivät viestintään. Tärkeimmiksi tekijöiksi hyvinvoinnin edistämisessä nousivat rehellisyys, samanhenkisyys ja molemminpuolisuus tapailusuhteen vuorovaikutuksessa. Hyvinvointia haittaavia tekijöitä olivat haastateltavien mukaan sellaiset asiat, jotka liittyivät joko itseen tai puolison menneisyyteen.

4.5 Miesten ja naisten väliset erot

Tuloksista on tähän asti raportoitu niin, että mies- ja naishaastateltavien antamia vastauksia ei ole eroteltu sukupuolen mukaan. Viimeinen teema-alue keskittyy kuitenkin kertomaan niistä sukupuolten välisistä eroista, jotka tulivat tutkielmassa esille. Lähtökohtaisesti tutkielman tulokset osoittavat, että nais- ja miesvastaajat näyttävät ajattelevan supportiivisesta viestinnästä ja tuesta tapailuvaiheessa hyvin samankaltaisesti. Haastattelujen perusteella naisten ja miesten välillä oli pienehköjä eroavaisuuksia kuudessa eri kategoriassa.

Tuloksissa tarkasteltiin ensimmäiseksi tuen hakemista ja antamista tapailuvaiheessa, eli sellaisia vuorovaikutustoimintoja, joiden avulla tuesta viestittiin tapailukumppanille. Ensimmäinen eroavaisuus oli löydettävissä siitä, millä tavalla nais- ja miesvastaajat hakivat tukea tapailukumppaniltaan. Naisvastaajat kertoivat hieman enemmän johdattelevansa aiheeseen, kun taas kaikki miesvastaajat sanoivat kysyvänsä asiasta suoraan. Mies- ja naishaastateltavat kuvailevat toimintaansa hakiessaan tukea:

H2: -- Sillee et toinen sanoo, et on ärsyttäny joku asia ja sitte yleensä siitä niinku on sit tullu muitaki asioita esille.

Haastattelija: Eli tartut johonki mitä se toinen sanoo ja sit rupeet ite sanoo siitä?

H2: Joo just sillai.

H10: Mä otan sen asian esille kyl aika suoraan. Ei mun tarvii sitä sillee kierrellä tai johdatella mitenkään, vaan mä oon sillee, et "hei, mä oon muuten miettiny tällasta". -- Sillee et mä rupeen vaan puhumaan ja kerron, että on tämmöstä mielen päällä.

Naishaastateltavien kohdalla oli huomattavissa myös hieman enemmän varovaisuutta tilanteissa, joissa puhuttiin suhteen tilasta. Toisin kuin kukaan mieshaastateltava, kaksi naishaastateltavaa otti

esille tapailukumppanin tunteiden huomioimisen puhuttaessa suhteesta. Naishaastateltavat pohtivat syitä tällaiselle toiminnalle omassa käytöksessään:

H2: Toisaalta aina jos joku ärsyttää, nii mä mietin kuitenkin ehkä kaks kertaa, et johtuaks se hänestä vai ärsyttääks mua täällä joku muu. Et ei kuitenkaan haluis sit turhaan purkaa siihen toiseen, vaikkei se toisen vika olis yhtään.

H6: Ja se mikä sitten taas puolestaan rajottaa sitä, että mitenkä avoimesti puhuu, niin on tietenkin se, että heti jos itelle tulee joku semmonen vähänki negatiivinen tai semmonen epäilevä fiilis jostakin, niin sitten ei haluaisi sanoa sitä, ettei toiselle tule paha mieli.

Haastatteluiden perusteella toinen eroavaisuus oli löydettävissä siitä, kuinka vahvasti haastateltavat puhuivat tuen tärkeydestä tapailuvaiheessa. Vastauksia tarkasteltaessa oli kaikkien naishaastateltavan puheessa kuultavissa jonkin verran vahvempaa tarvetta tuen saamiselle jo tapailuvaiheessa kuin mieshaastateltavilla. Naishaastateltavista kaikki totesivat, että heille on todella tärkeää saada tukea jo tapailuvaiheessa. Mieshaastateltavista muutama kertoi, että vielä ollessaan tapailuvaiheessa ystävien tuki on tärkeää, joten tukea ei haeta niin paljoa naispuoliselta tapailukumppanilta. Myös yksi naishaastateltava kertoi, että vielä tapailuvaiheessa hän ratkoo suurimmat ongelmat elämässään ystäviensä avulla. Toisaalta nämä haastateltavat kuitenkin mainitsivat, että tuen tarve tapailukumppanilta muuttuisi suuremmaksi, jos tapailu jossain kohtaa ”virallistettaisiin”. Seuraavissa esimerkeissä mies- ja naishaastateltava pohtivat tuen tarvettaan tapailuvaiheessa:

H5: Sanotaan, ei se vielä oo semmost tosi tärkeitä. Mut on se silti tärkeitä, et pystyy kertomaan jos on huolia tai murheita. -- Koska me ollaan tunnettu aika lyhyt aika vielä, niin pitää olla sellasia [muita] ihmisiä viel -- niinku kavereille.

H6: Mä sanoisin, että se on sen parisuhteen mahdollisuuden kannalta ihan elintärkeää. En mä halua parisuhteeseen semmosen ihmisen kanssa, joka ei osoita mulle tukea juurikin viestinnällisin keinoin.

Kolmas eroavaisuus liittyi siihen, millaisiin asioihin haastateltavat kaipasivat tapailukumppaniltaan tukea. Muutama naishaastateltava nosti esille, että kaippaa tapailuvaiheessa tapailukumppaniltaan tuen osoittamista siinä, että tapailukumppani on vielä kiinnostunut jatkamaan tapailua. Mieshaastateltavista ainoastaan yksi kertoi tarvitsevänsä tukea tapailukumppaniltaan tämän tunteiden vahvistamisessa. Tosin hänkin mainitsi samassa yhteydessä, että tietää toisen kyllä välittävän hänestä. Lisäksi yksi mieshaastateltava kertoi, ettei tarvinnut haastattelujen aikaan tapailukumppaniltaan ollenkaan tukea.

Neljäs eroavaisuus löytyi haastatteluiden perusteella siitä, mikä oli toivotuin tuen antamisen muoto. Mieshaastateltavien mukaan toivotuin tuen antamisen muoto oli kuunteleminen. Naishaastateltavat taas kertoivat monia tapoja, joilla he toivoivat tukea annettavan. Yksi näistä oli myös kuunteleminen,

mutta naiset puhuivat enemmän siitä, että he toivoivat tapailukumppaninsa tukevan heitä vahvistamalla ääneen tunteitaan. Nais- ja mieshaastateltava pohtivat sitä, miten he toivovat tapailukumppaninsa antavan tukea tapailuvaiheessa:

H2: Mä toivoisin, et hän esimerkiksi vaik sillee spontaanisti itse vaikka sanois jotenki et hei mä tykkään susta. Ja että mul on vaiks vahvistunu tunteet tai jotain, että on kiva et ollaan vielä näin tekemisissä ja muuta.

H10: Se voi olla ihan vaan perus kuuntelua --. Jollain tavalla reagoikin niihin, oli sitte viestien välityksellä tai puheella. Se voi olla sitä, et jos mä tavallaan pyydän, että jos me vaikka hengataan jossain, et oltas vaan hiljaa lähekkäin, niin seki on tosi tärkeä tavallaan tuen osotus, et aina ei tarvii myöskään sanoo mitään. Ja myöski se, että kunnioittaa sitä mitä mä pyydän.

Viides ja selkeimmin esiin noussut eroavaisuus naisten ja miesten välillä oli se, millä tavalla haastateltavat toimivat siinä vaiheessa, kun he saivat tapailukumppaniltaan ei-toivottua tukea. Naishaastateltavat raportoivat mieshaastateltaviin verrattuna enemmän kokevansa negatiivisia tunteita, joita olivat sulkeutuminen, epävarmuus ja toisen poistyyntäminen. Mieshaastateltavista ainoastaan yksi kertoi kokevansa etäntymisen tunteita tapailukumppaniaan kohtaan kyseisessä tilanteessa. Mieshaastateltavien saadessa vääränlaista tukea oli reagoititapana joko tuen hakeminen toiselta ihmiseltä, asian tarkastelu ja myöhempi puheeksi otto, suoraan puheeksi otto tai vetäytyminen. Haastatteluiden perusteella kukaan naishaastateltavista ei sanonut, että kääntyisi toisen ihmisen puoleen, jos oli hakemassa tukea tapailukumppanilta ja ei saisi sitä häneltä. Mies- ja naishaastateltava pohtivat toimintaansa tilanteessa, jossa tapailukumppani on antanut heidän mielestään vääränlaista tukea:

H10: Mä haen sitä jostain muualta. Niin mä varmaan sanoisin.

H9: Kiukuttelen. -- Must tulee vähän ärsyyntyny, ehkä vähän välinpitämätön jopa. -- Mä oon muutenki tosi itsenäinen ja vahva ihminen, niin sit mä oon vähän sillee no ihan sama. Jos sua ei kiinnostaa, niin kyl mä pärjään. Et en mä tarvii sulta välttämättä sitä paapomista, että fine. Mut et sit saa kyl paapomista multakaan, sori nyt vaan. Silmä silmästä.

Viimeinen eroavaisuus mies- ja naisvastaajien välillä oli kokemus jostain asiasta, joka sai haastateltavat voimaan huonosti tapailusuhteessa. Mieshaastateltavista muutama kertoi, että tapailuvaiheessa oli kyllä herännyt asioita, jotka olivat mietityttäneet, mutta eivät varsinaisesti tuottaneet pahaa oloa. Naishaastateltavista taas lähes kaikki kertoivat, että tapailuvaiheessa oli tullut esille jotain sellaista, joka oli saanut heidät voimaan jollakin tavalla henkisesti huonosti. Mies- ja naishaastateltava pohtivat asiaa, joka oli aiheuttanut ikäviä tunteita tapailun aikana:

H1: -- Se ei oo ollu mitään huonoo vaan ehkä siin on kuitenkin huonossa ja sitten jännittävässä on iso ero. Ne on vähän samaa kategorialla, mut ne ei oo ihan täysin sama juttu. Mut se mikä mua jännittää on se, että tää ihminen,

sen ex-poikaystävä sattuu olea yks semmonen tyyppi, jonka mä tunnen. Mä en hirveesti sen kanssa pyöri, mä en tiedä sen asioista mitään, mutta meillä on yhteys. Niin se ei mua haittaa, mut se jännittää.

H9: Joo, on. -- Tai ei ne oo ongelmia, vaan asioita, mitkä on saanu mut tuntemaan, ei nyt pahaa oloa, olen mennyt oman mukavuusasteeni ulkopuolelle esimerkiks. On esimerkiks sellasii, et hän oli hirveen nopeesti valmis tai halusi tutustuttaa mut hänen kaikkiin ystäviinsä. Ja sit toinen oli tää tämmönen, mikä meil oli vähän ongelma, niinku hän sano kyl aika alkuun, et hän ei osaa olla yksin.

Kaiken kaikkiaan tulokset osoittavat, että naisten ja miesten välillä ei ollut suuria eroja niissä kuudessa kategoriassa, joista puhuttiin tässä teemaluvussa. Eroavaisuudet liittyivät suurimmaksi osaksi siihen, miten asioista viestittiin. Puhuttaessa tapailuun liittyvästä asiasta naiset johdattelivat enemmän aiheeseen, kun miehet ottivat asian puheeksi suoraan. Naiset myös pohtivat enemmän vastapuolen tunteita puhuessaan jostain tapailuun liittyvästä. Haastatteluiden mukaan naisille näytti olevan tärkeämpää se, että jo tapailuvaiheessa tapailukumppani antoi heille tukea. Naiset toivoivat miehiä enemmän myös tukea siihen, että miehet vahvistivat heille tunteitaan.

Lisäksi eroavaisuuksia löytyi siitä, miten tukea toivottiin annettavan. Miesten kohdalla toivotuimmaksi tuen muodoksi nousi selkeästi kuunteleminen. Naisilla ei ollut vain yhtä selkeää tuen osoittamisen muotoa, jota he toivoivat saavansa tapailukumppaniltaan. Myös toiminta tilanteessa, jossa tapailukumppani antoi ei-toivottua tukea erotteli mies- ja naisvastaajia toisistaan. Miehet olivat valmiimpia kääntymään toisen ihmisen puoleen saadessaan mielestään huonoa tukea, naiset taas näyttivät kokevan enemmän negatiivisia tunteita. Viimeinen eroavaisuuksia esille tuonut asia oli se, oliko tapailuvaiheessa esiintynyt jotain huonoa oloa tuottavaa. Naisilla oli ilmennyt miehiä enemmän tapailusuhteen aikana asioita, jotka olivat saaneet heidät voimaan tapailusuhteessaan jollain tavalla huonosti.

5. POHDINTA

5.1 Tulosten tarkastelu

Tämän tutkielman tehtävänä oli tarkastella sitä, millainen merkitys tapailuvaiheessa olevien osapuolten keskinäisellä tuen antamisella ja sen viestimisellä oli parisuhteen muodostumisen kannalta. Tutkimusongelmaan haettiin vastausta viiden tutkimuskysymyksen avulla, jotka käsittelivät tapailusuhteessa tapahtuvaa keskinäistä supportiivisuuden viestimistä, tuen muotoja, suhteen syvenemiseen ja siinä hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä sekä miesten ja naisten välisiä eroavaisuuksia. Tutkielmassa havaittiin, että tuen antamisella tapailuvaiheessa koettiin olevan vaikutusta siihen, kuinka todennäköisesti tapailuvaiheessa olevat osapuolet voisivat päätyä parisuhteeseen tapailukumppaninsa kanssa. Tulosten mukaan sekä miehille että naisille tapailuvaiheessa saatu tuki on tärkeää, se vaikuttaa suhteen syvenemiseen ja se edistää tapailusuhteessa olevien hyvinvointia. Tulosten mukaan naisilla ja miehillä ei ole suuria eroavaisuuksia sen suhteen, mitä he ajattelevat tuen merkityksestä tapailuvaiheessa tai siitä viemisestä. Suurin eroavaisuus naisten ja miesten välillä oli siinä, että naisille tuen saaminen tai saamattomuus tapailuvaiheessa näytti olevan hieman tärkeämpää ja suhteen tulevaisuutta enemmän määrittelevä tekijä kuin miehille.

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin sitä, millaista keskinäistä tuen tarpeesta viestimistä tapailusuhteessa tapahtui. Tulosten mukaan tapailusuhteessa tapahtui tuen pyytämistä, saamista ja antamista tapailukumppanille suhteellisen suoraan ja heti. Varsinaisia tuen hakemisen muotoja on tutkittu sosiaalisen tuen kontekstissa vähän (Virtanen 2009), mutta tuloksista voidaan päätellä, että lähes kaikki haastateltavat käyttivät jollain tavalla suoria, positiivisia ja heti tapahtuvia tuen hakemisen muotoja (vertaa negatiivinen ja epäsuora tuen hakeminen, Don et al. 2018). Tämä voi viitata myös siihen, että tapailusuhteissa on läpäisty tarpeeksi toisen ”kerroksia” (ks. Altman & Taylor 1973) ja pystytty vähentämään epävarmuutta (ks. Berger 1979). Jos ja kun vuorovaikutus on ollut suoraa, relationaalista epävarmuutta ei ole koettu vielä niin paljon (Theiss & Knobloch 2009, 515).

Tuloksista voidaan päätellä, että tällaiset tuen hakemisen ja antamisen muodot sellaisina, kuin haastateltavat ne kertoivat, ovat edesauttaneet tapailusuhteessa viestityn supportiivisuuden toimivuutta ja suhteen syvenemistä. Tätä tukee myös aiempi kirjallisuus, joka on todennut, että suora tuen pyytäminen on toimivampaa tukea antavan vuorovaikutuksen lopputuloksen kannalta kuin

epäsuora (Don et al. 2018). Esimerkiksi Berger (1979, 126) on todennut, että suhde syvenee silloin, kun toiselta kysyttyjen asioiden paikkansapitävyys saadaan myöhemmin varmistettua, eli käytännössä itsestä paljastetut asiat ovat pitäneet paikkansa. Tämä onnistunut tuen pyytämisen, saamisen ja antamisen yhteys taas on oleellista sen kannalta, kuinka tyytyväisiä romanttisessa suhteessa ollaan ja millainen todennäköisyys sillä on jatkua (ks. Cutrona 1996, Xu & Burleson 2001). Voi myös olla, että tällä tavalla suhteen alkuvaiheessa ollaan motivoituneempia ottamaan supportiivisia viestejä vastaan, mikä taas vaikuttaa siihen miten hyvin tuen antaja tarjoaa tukea (Don & Hammond 2017). Haastateltavien lähestyminen tapailukumppania kohtaan avoimesti ja rehellisesti voidaan liittää myös siihen, että vielä alkuvaiheessa he kokevat olevansa autonomisia ja he voivat vaikuttaa siihen, kuinka paljon he haluavat suhteeseen panostaa (ks. Don & Hammond 2017, 1112).

Toisen tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin, millaista supportiivista viestintää tapailuvaiheessa tarvitaan varsinkin siitä näkökulmasta, että tapailu etenisi ”viralliseksi” suhteeksi. Tulokset osoittavat, että myös tapailusuhteissa toivotuin tuen muoto oli emotionaalinen tuki, joka on sama toivotuin tuen muoto kuin parisuhteissa (Xu & Burleson 2001, 560). Myös muutamia aineellisia ja informatiivisia tuen antamisen tapoja mainittiin. Tämä on yhteneväistä aiemman supportiivisen kirjallisuuden kanssa, joka on todennut, että emotionaalinen tuki on myös yleisesti toivotuin tapa antaa tukea (ks. Xu & Burleson 2001). Emotionaalisen tuen merkityksen korostuminen jo tapailuvaiheessa vahvistaa käsitystä siitä, että supportiivinen kanssakäyminen on tärkeä ja oleellinen asia myös niissä ihmissuhteissa, jotka ovat vasta rakentumisvaiheessa. Emotionaaliseen tukeen kuuluu erityisesti kuunteleminen ja toisen tunteiden oikeuttaminen ja se on osa läheisiä ihmissuhteita (Burleson 2003), mistä voidaan päätellä, että myös nämä tapailusuhteet ovat suhteellisen läheisiä.

Kolmas tutkimuskysymys tutki sitä, millä tavalla sosiaalinen tuki vaikutti suhteen syvenemiseen. Tulosten perusteella on nähtävissä, että tapailuvaiheessa saatu tuki vaikuttaa tapailusuhteen syvenemiseen, mutta se ei ole ainoa syvenemiseen vaikuttava tekijä. Muita eniten vaikuttavia tekijöitä olivat luottamus ja sitoutuminen tapailuun, joiden voidaan päätellä vahvistuvan silloin, kun epävarmuutta on onnistuttu vähentämään (Berger 1979) ja toisen kerroksia läpäisemään (Altman & Taylor 1973).

Tulokset osoittavat, että tapailusuhteen osapuolet ovat edenneet tapailussaan sellaiselle syvyydelle, että he voivat pyytää toiselta apua, vaikka avun pyytämiseen voi liittyä tällaisissa suhteissa helposti ajatus ”tappioista” (ks. Altman & Taylor 1973). Toisin sanoen haastateltavat kokivat saavansa

tapailukumppaniltaan suhteessa tappioihin (esimerkiksi torjutuksi tulemisen mahdollisuus apua pyydettyäessä) tarpeeksi voittoja (esimerkiksi toimivan avun saaminen), joten he uskalsivat tuoda esille tarpeensa tukeen. Lisäksi suhteessa hyvinvointiin vaikutti haastateltavien mielestä kokemus siitä, että vuorovaikutuksessa pystyi toimimaan omana itsenään, mikä kertoo myös epävarmuuden vähentämisestä ja sosiaalisen läpäisyn teorian mainitsemien tasojen läpäisemistä. Tunne emotionaalisen tuen saatavuudesta on tutkijoiden mukaan yksi intiimien suhteiden ensisijaisista odotuksista (Baxter 1986). Cutrona (1996) taas on todennut kestävän suhteen tulevaisuutta ennustaviksi tekijöiksi muun muassa luottamuksen ja sitoutumisen, joilla on selkeä yhteys sosiaaliseen tukeen.

Tuloksista kävi myös ilmi, että haastateltavat olivat siirtyneet tapailukumppaninsa kanssa voimistumisen tai melkein pä yhdistymisen vaiheeseen (ks. Knapp 1978). Tästä kertoo haastateltavien yksimielinen toteamus siitä, että he voivat puhua tapailukumppaninsa kanssa jo tässä vaiheessa suhteeseen liittyvistä asioista, jotka koskivat esimerkiksi suhteen jatkoa. Tuloksista on nähtävissä, että tuen saamisen myötä itsestä uskallettiin kertoa enemmän asioita ja suhteeseen voitiin myös panostaa. Tuloksien perusteella voidaan siis päätellä, että tuen avulla tapailusuhteessa tapahtuu epävarmuuden vähentymistä ja toisen kerrosten läpäisemistä, jotka vuorostaan auttavat tapailusuhteen syventymisessä.

Neljännän tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin sitä, oliko tapailusuhteesta saadulla tuella yhteyttä siihen, miten hyvin haastateltavat voivat tapailusuhteessa. Tulokset osoittavat, että tuen antamisella tapailusuhteessa oli merkitystä tapailuvaiheessa hyvinvoinnin kannalta ja vastaavasti ei-toimivalla tai ei-toivotulla tuella oli jonkin verran yhteyttä negatiiviseen toimintatapaan suhteessa. Aiempi tutkimus vahvistaa näitä molempia tuloksia. Kaikki haastateltavat olivat selkeästi sitä mieltä, että tapailukumppanin antama tuki vaikuttaa siihen, miten hyvin suhteessa voidaan. Haastateltavat puhuivat myös muista hyvinvointiin vaikuttavista asioista, joten tuen antaminen ei ollut vain yksin vastuussa tapailusuhteessa tapahtuvasta hyvinvoinnista. Vastauksissa toistuivat samat asiat, jotka vaikuttivat tapailusuhteen syvenemiseen. Tästä voidaan päätellä ensinnäkin se, että epävarmuuden vähentämisen ja sosiaalisen läpäisyn teoria ovat osuvia kuvaamaan sitä muutosta, jota tapailusuhteissa tapahtuu. Toiseksi ne kertovat niistä asioista, joiden täytyy tapahtua, kuten epävarmuuden vähentyminen ja toisen kerrosten läpäisy, jotta suhde syvenee, sen aitouteen ja jatkuvuuteen voidaan luottaa ja siinä voidaan hyvin. Supportiivisen viestinnän yhteys hyvinvointiin on siis olemassa ja sen merkitys tapailusuhteen jatkuvuuden kannalta on tärkeä.

Viimeisen tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin sitä, millaisia eroja mies- ja naisvastaajien välillä oli sen suhteen, mitä he ajattelevat supportiivisen viestinnän merkityksestä tapailuvaiheessa. Tulokset osoittavat, että naisten ja miesten välillä ei ole suuria eroja sen suhteen, miten tärkeäksi tuki koetaan tapailuvaiheessa. Myös aiempi tutkimus on useasti todistanut tämän (ks. Xu & Burleson 2001; Neff & Karney 2005; Burleson & Hanasono 2010). Eroavaisuuksia kuitenkin tuli esille, joten ne on oleellista huomioida.

Tuloksista on nähtävissä, että kaikki haastateltavat antoivat itse tapailukumppanilleen tukea käytännössä samanlaisilla tavoilla kuin he olivat itse tukea saaneet. Tämä tukee aiemman tutkimuksen tuloksia sen suhteen, että naisilla ja miehillä on samanlainen käsitys siitä, millaiset supportiiviset viestit auttavat vähentämään stressiä ja ahdistusta (Burleson 2003, 13). Tuloksista kävi ilmi, että naisten ja miesten tavat viestiä tuen tarpeistaan eivät eronneet huomattavasti toisistaan. Tätä tukevat myös aikaisemmat tutkimukset, jotka ovat löytäneet vain pieniä eroavaisuuksia miesten ja naisten välillä siinä, millaisia tuen antamisen muotoja ja vastauksia tukipyyntöihin liittyen toivotaan (MacGeorge et al. 2004; Burleson 2003; Burleson & Hanasono 2010).

Tuloksista selvisi myös, että kaikki haastateltavat eivät olleet vielä haastattelun aikaan kysyneet tapailukumppaniltaan tukea eikä heiltä ollut kysytty tukea. Tähän saattaa olla monia syitä. Osa haastateltavista kertoi, että avun pyytäminen muuttuisi, jos suhde vakavoituisi tai se virallistettaisiin. Tuloksissa tuli myös ilmi, että naiset johdattelevat enemmän asiaan, kun miehet taas puhuvat suorempaan. Tällaiset tulokset saattavat kertoa esimerkiksi koetusta suhteen tasosta (kuinka syventynyt suhde on, millaisia tasoja on läpäisty; Altman & Taylor 1978) tai esimerkiksi huonosta itsetunnosta naisten osalta (ks. Don et al. 2018). Tuen hakemattomuuden voi ajatella johtuvan myös kasvojen menettämisen pelosta (Vangelisti 2009, 41). Toisaalta taas Simpson et al. (2002) ovat todenneet, että deittailuvaiheessa naiset antavat tukea tapailukumppanilleen vähemmän, jos tämä ei hae sitä paljoa. Kuitenkin lähes kaikki haastateltavat totesivat, että voisivat pyytää apua tapailukumppaniltaan johonkin ”yleiseen” asiaan elämässään ja lisäksi kaikki haastateltavat totesivat, että voisivat puhua jostakin tapailuun liittyvästä asiasta tapailukumppaninsa kanssa. Tämän voi tulkita kertovan siitä, että suhteen taso on jollain tavalla syventynyt ensikohtaamisista ja todennäköisesti kaikilla haastateltavilla on valmiuksia kohdata tapailukumppani tasaveroisesti.

Tulokset toivat esille myös toisen mielenkiintoisen seikan, joka liittyi miesten ja naisten eroavaisuuksiin sen suhteen, mikä on paras tapa antaa heille itselleen tukea. Tutkielman aineiston

mukaan miehillä tärkein tuon muoto oli selvästi kuunteleminen, joka menee emotionaalisen tuen alle. Naisilla taas ei ollut vain yhtä toivotuinta tuen antamisen muotoa. Naiset puhuivat tuloksissa emotionaalisesta, informatiivisesta, aineellisesta ja itsetuntoa parantavasta tuesta. Xu ja Burleson (2001, 554) ovat todenneet, että naiset toivovat enemmän erilaisia tuen antamisen muotoja (ks. myös Cutrona 1996). Vastaavasti miehet taas kyllä toivovat Xun ja Burlesonin mukaan (2001) samoja tuen muotoja kuin naisetkin, mutta ovat tyytyväisempiä saatuun tukeen sen muodosta riippumatta. Toisaalta, kuten aiempi tutkimuskin on todennut, myös tämän tutkielman miehet ovat saattaneet haluta enemmän erilaisia tuen muotoja, mutta eivät vain ole kertoneet niistä haastatteluissa esimerkiksi siksi, että eivät halua näyttää omaavansa tällaisia tarpeita. (Xu & Burleson 2001, 554 – 556.) Tämä saattaa johtua monista eri tekijöistä, esimerkiksi jo pelkästään haastattelu asettaa haasteita sille, miten avoimesti omista tuntemuksistaan voi puhua.

Käytännössä siis tapailuvaiheessa tarvittiin eniten emotionaalista tukea. Tukea toivottiin annettavan monilla eri tavoilla, joista miehillä ja naisilla oli jonkin verran eroavaisuuksia sen suhteen, millaisia tuen muotoja he kertoivat toivovansa. Kaikki haastateltavat kokivat, että tapailukumppanin antamalla tuella tapailuvaiheessa oli merkitystä tapailun ”virallistamisen” kannalta. Tuloksista kävi myös ilmi, että naispuolisille vastaajille tuen saaminen tapailuvaiheessa näytti olevan jonkin verran tärkeämpää kuin miehille (ks. Cutrona 1996, Xu & Burleson 2001), mikä voi johtua esimerkiksi siitä, että naiset vaativat enemmän erilaisia tuen muotoja (Xu & Burleson 2001) ja ovat yleisesti ottaen parisuhdeorientoituneempia, kuin miehet (Weigel & Ballard-Reisch 2014, 327).

Yksi tärkeimmistä tuloksista on myös se, miten ei-toimiva tuki aiheuttaa tapailusuhteessa negatiivisia tunteita ja toimii siten myös todennäköisesti uhkana suhteen jatkuvuudelle. Cutrona (1996) huomasi, että varsinkin suhteen alkuvaiheessa toisen käytöksen tarkkailu on suurempaa ja tähän vaiheeseen kuuluu (Solomon ja Knobloch, 2004) myös herkemmin turbulenssia aiheuttavia tunteita. Theissin ja Solomonin mukaan (2006b) useat tutkimukset ovat osoittaneet, että siirryttäessä deittailusta kohti vakavampaa suhdetta osapuolet kokevat voimistuneita tunteita. Tähän kuuluu esimerkiksi se, että ärsyyntymisen tunteita arvioidaan kriittisemmin ja konflikteihin reagoiminen vahvistuu. Tämä todentui tässä tutkielmassa erityisesti naisvastaajien kohdalla.

Naisvastaajat nimittäin kertoivat miesvastaajia enemmän kokevansa negatiivisia tunteita ja vetäytymistä silloin, kun tuki ei täyttänyt heidän tarpeitaan. Esimerkiksi McLaren ja Solomon (2008) ovat todenneet, että naisilla loukatuksi tulemisen tunne (esimerkiksi juuri tuen puutteellisuus tai

huonous) johtaa romanttisissa suhteissa todennäköisemmin etäännyttämiseen kuin miehillä. Tästä voidaan siis päätellä, että naiset ovat kriittisempiä arvioimaan saamaansa tukea ja heidän kohdallaan se myös vaikuttaa siihen, miten he käyttäytyvät suhteessa, vaikka sekä mies- että naishaastateltavat raportoivat saavansa tapailukumppaniltaan ongelmatilanteissa samanlaisia tuen muotoja (ks. myös Cutrona 1996).

Haastateltavien vastaukset tukevat siis aiempaa tutkimustulosta siitä, että negatiivisella tai vääränlaisella tuella on vaikutusta romanttisten suhteiden tulevaisuuden kannalta. Esimerkiksi Cutrona (1996) on tutkinut parisuhteen loppumiseen vaikuttaneita tekijöitä. Cutronan (1996, 12) mukaan yksilön pettyminen parisuhteessa toiselta osapuolelta saatuun tukeen saattaa olla suhteen kannalta hyvinkin tuhoisaa. Sekä mies- että naisvastaajat kokivat tuen puuttumisella olevan merkitystä sen kannalta, mitä he ajattelivat tapailukumppanistaan ja suhteen tulevaisuudesta. Yhtä lukuun ottamatta kaikki haastateltavat nimittäin totesivat, että ilman tukea heidän tapailusuhteensa ei siirtyisi parisuhteeksi. Tuen huonouden merkitys todentui tässä tutkielmassa erityisen mielenkiintoisesti jälleen naisten kohdalla, koska tulokset näyttävät, että naisille tuen puuttuminen tai sen heikko viestiminen oli selkeästi suurempi syy siihen, miksi tapailusuhde ei lopulta etene parisuhteeksi. Myös miehet kertoivat huonon tuen vaikuttavan suhteen jatkoon, mutta naisten kohdalla tällainen kokemus oli niin sanotusti kriittisempi (ks. myös McLaren & Solomon 2008).

Kaiken kaikkiaan tuloksista voidaan päätellä, että tapailuvaiheessa annetulla keskinäisellä supportiivisella viestinnällä on suuri merkitys parisuhteen muodostumisen kannalta. Tuen saaminen ja antaminen vaikuttavat tapailuvaiheessa olevien käsityksiin tapailukumppanista ja halukkuuteen jatkaa tapailua. Tulokset osoittavat, että tuen oikeanlainen viestiminen mahdollistaa suhteen syvenemisen ja siinä hyvinvoinnin, mitkä ovat oleellisia tekijöitä sen kannalta, miten pitkälle tapailusuhde voi edetä. Oleellista on myös se, että käytännössä kaikki supportiivisuuden viestimiseen liittyvät asiat ja niiden olemassaolo tapailuvaiheessa ovat sekä miehille että naisille tärkeitä. Huomionarvoista tämän tutkielman tuloksissa on myös se, että kaikki tulokset vahvistivat aiempaa tutkimusta eikä suuria eroja miesten ja naisten välillä syntynyt. Naisten ja miesten välillä oli toki eroavaisuuksia, mutta näiden erojen syyt eivät ole olleet tässä tutkielmassa suurimpana kiinnostuksen kohteena.

5.2 Tutkimuksen arviointi

Laadullista tutkielmaa arvioidaan eri perustein kuin määrällistä tutkielmaa. Yleensä sosiaalista tukea on tutkittu kvantitatiivisella tutkimusotteella, mutta tällä kertaa tutkielma toteutettiin kvalitatiivisella tutkimusotteella. Lähtökohtaisesti jo tämä on tärkeää ottaa huomioon tutkimuksen arvioinnissa, vaikka kvalitatiivinen tutkimusote tuokin sosiaalisen tuen tutkimuksen kentälle hyvän lisän (ks. Virtanen 2015, 55). Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on se, että tutkittavaa ilmiötä pystyttäisiin ymmärtämään tutkittavien näkökulmasta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 131). Tuomi ja Sarajärvi (2018, 138–139) ovat luetelleet viisi arviointikriteeriä, jotka he pohjaavat Politin ja Hunglerin (1999) sekä Vehviläinen-Julkusen ja Paunosen (1998) tekemään työhön: tutkimusraportin selkeys, metodien kohdallisuus ja hyvä tutkimuskäytäntö, analyttinen tarkkuus, teoreettinen yhdistäminen sekä hyvä relevanssi ja metodologinen yhtäpitävyys.

Tätä tutkielmaa on pyritty toteuttamaan tutkimusraportin selkeyden osalta niin, että lukijan olisi mahdollista käydä tutkielmaa läpi vaivatta ja selkeästi aiheesta toiseen siirtymällä. Lisäksi tutkielman teossa on pyritty siihen, että esitetyistä tuloksista pystyttäisiin tekemään samanlaisia johtopäätöksiä kuin tutkielman tekijäkin on niistä tehnyt. Tässäkin tutkielmassa on kuitenkin tapahtunut sitä, että pitkään aiheeseen perehtyneenä tiettyjä asioita on saatettu ohittaa yksinkertaistetulla selityksellä tai tutkielmasta on jäänyt pois joitain sellaisia asioita, jotka eivät edistä tutkimusraportin selkeyttä. Tutkielman sisältöä, tavoitteita ja tarkoitusta on kuitenkin pyritty hiomaan hyväksi saadun palautteen perusteella.

Tähän tutkielmaan on valittu perustellusti tutkimusmenetelmäksi laadullinen tutkimusote, haastattelu ja sisällönanalyysi. Haastatteluiden ja niiden tukena olleen verkkokyselyn avulla pystyttiin ottamaan riittävän hyvin selvää niistä haastateltavien käsityksistä, ajatuksista ja tunteista, joita heillä oli liittyen tapailuvaiheessa esiintyvään supportiiviseen viestintään. Lisäksi aineiston keräämisen vaihe on dokumentoitu mahdollisimman tarkasti ja luotettavasti. Sisällönanalyysin avulla on pyritty löytämään tutkielmasta sellaisia asioita, jotka olivat usean haastateltavan kohdalla yhtäläisiä, eli apuna käytettiin teemoittelua. Kuten Hirsjärvi ja Hurme (2011, 137) ovat todenneet, niin myös tässä tutkielmassa on yritetty löytää sisällönanalyysin avulla litteraateista sellaisia asioita, joita ei ole sanottu täysin suoraan tekstissä.

Nikander (2010, 392) on todennut, että vaikka kaikkea litteroitua aineistoa ei voi koskaan näyttää lukijalle kokonaisuudessaan, yritetään tekstiksi purettua puhetta litteraatin avulla tuoda lähemmäs lukijaa, lisätä tehdyn analyysin läpinäkyvyyttä sekä mahdollistaa lukijalle analyysin uudelleen tekeminen ja tulkinnat. Tässä tutkielmassa on pyritty tutkimuskäytäntöön, jonka avulla analyysia on läpivalaistu tarkasti ja tulkinnat ovat perustuneet aineistoon ja aiempaan kirjallisuuteen. Yleisesti ottaen aiempaa tutkimuskirjallisuutta on tässä työssä käytetty hyödyksi paljon ja sitä on referoitu sellaisilta tutkijoilta, jotka ovat tutkineet sosiaalista tukea jo vuosikymmenten ajan (ks. Burleson, Vangelisti, Cobb, Cutrona). Kirjallisuutta on täydennetty jonkin verran sosiologian ja psykologian lähdeviitteillä. Vaikka jotkin lähdeviitteet ovat vanhoja (esim. Cobb 1976), ovat nämä kuitenkin perusteltuja siksi, että kyseiset tutkijat ovat olleet sosiaalisen tuen tutkimuksen pioneereja.

Tässäkin tutkielmassa litteraatti on siis ”tutkijan tekemien havaintojen ja valintojen tuote ja sellaisena aina epätäydellinen”. Tutkijana olen tehnyt valintoja sen suhteen ”mitä, miltä osin ja millä tarkkuudella” olen käsitellyt aineistoani ja tuonut sen lukijoille nähtäväksi. Tämä taas johtaa automaattisesti siihen, että litteraatti ei koskaan tavoita täydellisesti käytyä puhetilannetta tai representoi kaikkia sen verbaalisia ja nonverbaalisia ominaisuuksia onnistuneesti (ks. Ruusuvuori et al. 2010, 392). Tällä tutkielmalla haluttiin tutkia haastateltujen miesten ja naisten kokemuksia ja käsityksiä ja siinä on myös onnistuttu, koska metodiksi valittiin laadullinen tutkimusote.

Tämän tutkielman aiheen valinta on perusteltu ja siihen saatu otos on pro gradu -tutkielman tasoisen työn kannalta ollut suhteellisen edustava. Haastateltavissa on yhtä paljon sekä miehiä että naisia, ja he ovat kaikki olleet toivotussa tapailusuhteessa. Tuloksia on tuettu verkkokyselyllä, joka on vahvistanut haastatteluista saatuja tuloksia. Tutkielman teon aikaan haastateltavia on informoitu tutkimuksen kulusta ja heidän oikeuksistaan siihen liittyen sekä varmistettu heidän suostumuksensa osallistumisen kannalta. Analyyttiseen tarkkuuteen ja teoreettiseen yhdistämiseen on pyritty käymällä aineistoa läpi useaan otteeseen. Tutkimuksessa on yritetty vastata tutkimusongelmaan niin hyvin, kuin se on mahdollista ja johtopäätökset ovat perustuneet saatuun aineistoon sekä aiempaan kirjallisuuteen.

Kokonaisuudessaan tutkielman relevanssi ja metodologinen yhtäpitävyys toimivat myös suhteellisen hyvin. Työn relevanssia on perusteltu kattavasti tutkielman läpi ja sille on esitetty useita perusteluja. Kuten aiemmin todettua, tutkielman teossa ja sen vaiheiden kuvaamisessa on pyritty selkeyteen,

ymmärrettävyyteen ja toistettavuuteen. Virheet ja epäselvät tulkinnat ovat kuitenkin hyvin mahdollisia, ja niihin ovat vaikuttaneet varmasti jollain tasolla tutkielman tekijän henkilökohtaiset käsitykset tutkittavasta aiheesta. Tätä vaikutusta on yritetty minimoida mahdollisimman hyvin muotoilemalla haastattelurunkoa sekä lukemalla kerättyä aineistoa useampaan otteeseen, jotta sieltä nousevat teemat eivät olisi täsmälleen samoja kuin haastattelurungossa. Varsinainen pohdintaosuus on kuitenkin suhteellisen paljon haastattelurungon ja aiemman kirjallisuuden toistoa, mutta toisaalta tämän voidaan ajatella selittyvän myös sillä, että kyseessä on ehjä tutkielma. Tätä perustelua tukee se, että aiemman tutkimuskirjallisuuden ja tämän tutkielman tulokset tukevat hyvin toisiaan ja tuloksissa esitellyt teemat nousivat haastattelurungosta. Toisin sanoen tutkielma ei tuonut esille mitään täysin uutta informaatiota supportiivisuuden merkityksestä läheisissä ihmissuhteissa, koska kaikki saadut tulokset tukivat aiempaa tutkimusta.

5.3 Jatkotutkimusehdotukset

Tämän tutkielman esille nostamien tulosten pohjalta olisi mahdollista jatkaa useisiin uusiin tutkimuksiin, jotka käsittelevät supportiivista viestintää tapailuvaiheessa. Supportiivista viestintää ja tapailuvaiheen yhdistämistä on löydettävissä kirjallisuudesta huomattavan vähän, mikä on jo yksinään hyvä syy tehdä aiheesta monenlaista jatkotutkimusta. Myös Cutrona (1996, 120) on todennut jo yli 20 vuotta sitten, että tulevaisuudessa tarvittaisiin lisää tietoa siitä, miten sosiaalisen tuen kehittymistä voisi ennustaa jo parisuhteiden alkuvaiheessa. Tutkimuksia olisi mahdollista tehdä sekä kvalitatiivisella että kvantitatiivisella tutkimusotteella.

Tärkeimpien tuloksien mukaan aiheet voisivat liittyä erityisesti niihin syihin, miksi tapailusuhteet päättyvät ja millä tavalla naisten kokemiin negatiivisiin tunteisiin voitaisiin puuttua ennen, kuin tilanne on edennyt eroon asti. Tämä olisi tärkeä tutkimusaihe erityisesti viestinnän kentällä, koska kyseessä on vuorovaikutusosaamisen lisääminen. Lisäksi olisi oleellista tutkia miesten ja naisten samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia huomattavasti isommalla otoksella, sillä kymmenen henkilön haastatteluaineistosta ei voi saada riittävän hyviä yleistyksiä. Jatkotutkimuksissa voitaisiin keskittyä edelleen sen kirkastamiseen, että naisten ja miesten välillä ei ole suuria eroavaisuuksia supportiivisuuden suhteen, vaikka käytännössä niin aina luullaan. Eroja toki on, mutta esimerkiksi syitä näiden erojen takana voitaisiin pohtia jatkotutkimuksessa. Tulevaisuudessa olisi tarpeellista

saada toteutettua myös sellainen tutkimus, jonka avulla ensinnäkin miehet saisivat äänensä kuuluviin tarvitsemansa tuen suhteen. Toiseksi olisi tärkeää saada laajempaan levitykseen sellainen tutkimus, jonka myötä yleisenä pidettyjä totuuksia naisista ja miehistä supportiivisina viestijöinä ja tuen tarvisijoina alettaisiin muuttamaan.

Kaiken kaikkiaan supportiivisesta viestinnästä ja tuesta tapailuvaiheessa saisi tehtyä hyvin monenlaista tutkimusta. Viimeinen mahdollinen ja tärkeä tutkimusaihe liittyy käytännössä kaikkiin ihmisiin maapallolla. Sosiaalisen tuen tutkimusten avulla voitaisiin nimittäin edelleen valottaa sitä, miten hyödyllistä jo tapailuvaiheessa, kuten missä tahansa ihmissuhteessa, saatu tuki todellisuudessa on ihmisten hyvinvoinnin kannalta. Aiempi tutkimus on todistanut sosiaalisen tuen merkityksen ihmisten hyvinvoinnin ja terveyden kannalta niin useasti, että pelkästään senkin vuoksi mikä tahansa sosiaalisen tuen ja hyvinvoinnin yhdistävä tutkimus olisi kannattavaa jo pelkästään kansanterveyden edistämisen vuoksi.

Acitelli, L. K. 1996. The neglected links between marital support and marital satisfaction. Teoksessa G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (toim.), *Handbook of social support and the family*. New York: Plenum Press, 83–104.

Alasuutari, P. 2011. *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.

Albrecht, T. L., & Goldsmith. 2003. Social support, social networks, and health. Teoksessa T. L. Thompson, A. M. Dorsey, K. I. Miller & R. Parrot (toim.) *Handbook of health communication*. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Altman, I., & Taylor, D. A. 1987. Communication in interpersonal relationships: Social penetration processes. Teoksessa M. E. Roloff & G. R. Miller (toim.) *Interpersonal processes: New directions in communication research*. Thousand Oaks, CA: Sage, 257–277.

Berger, C. R. 1979. Beyond Initial Interaction: Uncertainty, Understanding, and the Development of Interpersonal Relationships. Teoksessa *Language and Social Psychology*, (toim.) H. Giles and R. St. Clair. Blackwell, Oxford, 122–144.

Berscheid, E. 1994. Interpersonal relationships. Teoksessa L. W. Porter & M. R. Rosenzweig (toim.) *Annual review of psychology*. Palo Alto, CA: Annual Reviews, 79–129.

Bodie, G. D. 2011. The Role of Thinking in the Comforting Process: An Empirical Test of a Dual-Process Framework. *Communication Research* 40(4), 533–558.

Bodie G. D., Burleson B. R., & Jones, S. M. 2012. Explaining the relationships among supportive message quality, evaluations, and outcomes: a dual-process approach. *Communication Monographs* 79(1), 1–22.

Bodie, G. D., Keaton, S. A. & Jones, S. M. 2018. Individual listening values moderate the impact of verbal person centeredness on helper evaluations. A test of the dual-process theory of supportive message outcomes. *International Journal of Listening* 32(3), 127–139.

- Bolger, N., Zuckerman, A. & Kessler, R. C. 2000. Invisible support and adjustment to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 953–961.
- Burleson, B. R. 1990. Comforting as everyday social support: Relational consequences of supportive behaviors. Teoksessa S. Duck (toim.) *Personal relationships and social support*. Lontoo: Sage, 66–82.
- Burleson, B.R. 1994. Comforting messages: Significance, approaches, and effects. Teoksessa B. R. Burleson, T. L. Albrecht and I. G. Sarason (toim.), *Communication of Social Support: Messages, Interactions, Relationships, and Community*. Thousand Oaks: Sage, 3–28.
- Burleson, B. R. 2003. The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion and interpersonal communication. *Personal Relationships* 10, 1–23.
- Burleson, B. R. 2009. Understanding the outcomes of supportive communication: A dual process approach. *Journal of Social and Personal Relationships* 26(1), 21–38.
- Burleson, B. R., Albrecht, T. L., & Sarason, I. G. 1994. *Communication of social support: Messages, interactions, relationships, and community*. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications.
- Burleson, B.R. & Goldsmith, D. J. 1998. How the Comforting Process Works: Alleviating Emotional Distress through Conversationally Induced Reappraisals. Teoksessa Guerrero, L.K., Andersen, P. A. & Trost, M. R. (toim.) *Handbook of Communication and Emotion: Research, Theory, Applications, and Contexts*. Academic Press.
- Burleson, B. R. & Hanasono, L., K. 2010. Explaining Cultural and Sex Differences in Responses to Supportive Communication: A Dual-Process Approach. Teoksessa Sullivan, K. T. & Davila, J. (toim.) *Support Processes in Intimate Relationships*. Oxford University Press, 291–317.
- Burleson, B. R. & MacGeorge, E. L. 2002. Supportive communication. Teoksessa M.L. Knapp & J.A. Daly (toim.) *Handbook of interpersonal communication*. 3. painos. Thousand Oaks, Kalifornia: Sage, 374–424.

- Burleson, B. R. and Mortenson, S. R. 2003. Explaining cultural differences in evaluations of emotional support behaviours. Exploring the mediating influences of value systems and interaction goals. *Communication Research*, 30(2) 113–46.
- Business of Apps, Tinderin käyttäjätietoja. 2019. <http://www.businessofapps.com/data/tinder-statistics/> Viitattu 2.4.2019.
- Cannava, K. E., High, A. C., Jones, S. M. & Bodie, G. D. 2018. The Stuff That Verbal Person Centered Support Is Made of: Identifying Linguistic Markers of More and Less Supportive Conversations. *Journal of Language and Social Psychology* 37(6), 656–679.
- Cate, R. M., & Lloyd, S. A. 1992. *Courtship*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cobb, S. 1976. Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine* 38, 300–314.
- Cohen, S. & Wills, T. A. 1985. Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin* 98(2), 310–357.
- Collins, N. L. & Feeney, B. R. 2000. A Safe Haven: An Attachment Theory Perspective on Support Seeking and Caregiving in Intimate Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* 78, 1053–1073.
- Collins, N. L. & Feeney, B. R. 2015. A New Look at Social Support: A Theoretical Perspective on Thriving Through Relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19(2) 113–147.
- Cutrona, C. E. 1996. *Social Support in Couples: Marriage as a Resource in Times of Stress*. Sage Series on Close Relationships.
- Cutrona, C. E. and Suhr, J. A. 1994. Social support communication in the context of marriage: An analysis of couples' supportive interactions. Teoksessa B. R. Burleson, T. L. Albrecht, and I. G. Sarason (toim.) *Communication of social support: Messages, interactions, relationships and community*. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc, 113–135.

- Cutrona, C. E., & Russel, D. W. 1990. Type of social support and specific stress: Towards a theory of optimal matching. Teoksessa Social support: An interactional view (toim.) B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce. New York: John Wiley, 319–366.
- Don, B. P. Girme, Y. U. & Hammond, D. M. 2018. Low Self-Esteem Predicts Indirect Support Seeking and Its Relationship Consequences in Intimate Relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1–14.
- Don, B. P., & Hammond, M. D. 2017. Social support in intimate relationships: The role of relationship autonomy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43, 1112–1124.
- Eadie, T., Kapsner-Smith, M., Bolt, S. Sauder, C., Yorkston, K. & Baylor, C. Relationship between perceived social support and patient-reported communication outcomes across communication disorders: a systematic review. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 00(00), 1–19.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. 2015. A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19, 113–147.
- Feng, B. & Burleson, B. R. 2008. The Effects of Argument Explicitness on Responses to Advice in Supportive Interactions. *Communication Research* 35(6), 849–874.
- Fox, J., Warber, K. M. & Makstaller, D. C. 2013. The role of Facebook in romantic relationship development: An exploration of Knapp’s relational stage model. *Journal of Social and Personal Relationships* 30(6), 771–794.
- Goldsmith, D. J., McDermott, V. M., & Alexander, S. C. 2000. Helpful, supportive, and sensitive: Measuring the evaluation of enacted support in personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships* 17, 369–391.
- Griffin, E. 2011. A first look at communication theory. Teoksessa E. Griffin (toim.) A first look at communication theory. 8th edition. New York: McGraw-Hill, 113–124.

- Guerrero, L.K., Andersen, P. A. & Afifi, W.A. 2014. Close Encounters. Communications in Relationships. 4th edition. Kalifornia: Sage.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu - Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Holahan, C. J., Moos, R. H., & Bonin, L. 1997. Social support, coping, and psychological adjustment: A resource model. Teoksessa G. R. Pierce, B. Lakey, I. G. Sarason, & B. R. Sarason (toim.) Sourcebook of social support and personality. New York, NY: Plenum, 169–186.
- Holmes, J.G., & Rempel, J.K. 1989. Trust in close relationships. Teoksessa C. Hendrick (toim.) Close relationships: Review of personality and social psychology (vol. 10). Newbury Park, CA: Sage Publications, 187–220.
- House, J. S., Landis, K. R. and Umberson, D. 1988. 'Social relationships and health'. Science 241, 540–545.
- Holmstrom, A. J. and Burleson, B. R. 2011. An initial test of a cognitiveemotional theory of esteem support messages, Communication Research, 38(3), 326–55.
- Holmstrom, A. J., Bodie, G. D., Burleson, B. R., McCullough, J. D., Rack, J. J., Hanasono, L. K. & Rosier, J. G. 2015. Testing a Dual-Process Theory of Supportive Communication Outcomes: How Multiple Factors Influence Outcomes in Support Situations. Communication Research 42(4), 526–546.
- Hupcey, J. E. 1998b. Social support: Assessing conceptual coherence. Qualitative Health Research 8, 304–318.
- Iida, M., Seidman, G., Shrout, P. E., Fujita, K., & Bolger, N. 2008. Modeling support provision in intimate relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 94, 460–478.
- Jones, S. M. 2004. Putting the person into person-centered and immediate emotional support: Emotional change and perceived helper competence as outcomes of comforting in helping situations. Communication Research 32, 338–360.

- Knobloch, L. K. 2008. Uncertainty Reduction Theory – Communicating Under Conditions of Ambiguity. Teoksessa Baxter, L. A. & Braithwaite, D. O. (toim.) *Engaging Theories in Interpersonal Communication Multiple Perspectives*. Sage Publications, 133–144.
- Kuuluvainen, V. 2016. Supportive communication in Al-Anon mutual-aid groups. *Acta Universitatis Tamperensis* 2171. Tampere: Tampere University Press.
- Littlejohn, S.W. & Foss, K.A. 2011. *Theories of human communication*. 10th edition. Waveland Press.
- Luerssen, A., Jhita, G. J. & Ayduk, O. 2017. Putting Yourself on the Line: Self Esteem and Expressing Affection in Romantic Relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin* 43(7), 940–956.
- MacGeorge, E. L., Feng, B., & Burleson, B. R. 2011. Supportive communication. Teoksessa M. L. Knapp & J. A. Daly (toim.), *The SAGE Handbook of interpersonal communication* (4. painos.). Los Angeles, CA: Sage, 317–354.
- MacGeorge, E. L., Gillihan, S. J., Samter, W. & Clark, R. A. 2003. Skill Deficit or Differential Motivation? Testing Alternative Explanations for Gender Differences in the Provision of Emotional Support. *Communication Research* 30(3), 272–303.
- MacGeorge, E. L., Graves, A. R., Feng, B., Gillihan, S. J. & Burleson, B. R. 2004. The Myth of Gender Cultures: Similarities Outweigh Differences in Men's and Women's Provision of and Responses to Supportive Communication. *Sex Roles: A Journal of Research* 50(3–4), 143–175.
- McLaren, R. M. & High, A. C. 2015. The Effect of Under- and Over-Benefited Support Gaps on Hurt Feelings, Esteem, and Relationships. *Communication Research*, 1–26.
- McLaren, R. M. & Solomon, D. H. 2008. Appraisals and Distancing Responses to Hurtful Messages. *Communication Research* 35(3), 339–357.
- Malecki, C. K. & Demaray, M. K. 2003. What type of support do they need? Investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support. *School Psychology Quarterly* 18(3), 231–252.

- Mikkola, L. 2005. Hoitosuhteen vuorovaikutuksen haasteet tuen osoittamiselle. Prologi puheviestinnän vuosikirja 2005, 48–66.
- Mongeau, P.A., Jacobsen, J. & Donnerstein C. 2007. Defining Dates and First Date Goals. Generalizing from Undergraduates to Single Adults. *Communication Research* 34(5), 526–547.
- Mongeau, P. A. & Miller Henningsen, M. L. 2008. Stage Theories of Relationship Development. Charting the Course of Interpersonal Communication. Teoksessa Baxter, L. A. & Braithwaite, D. O. (toim.) *Engaging Theories in Interpersonal Communication Multiple Perspectives*. Sage Publications, 363–375.
- Neff, L. A. & Karney, B. R. 2005. Gender Differences in Social Support: A Question of Skill or Responsiveness? *Journal of Personality and Social Psychology* 88(1), 79–90.
- Nikander, P. 2010. Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) *Haastattelun analyysi*. Osuuskunta vastapaino. Tampere. 432–442.
- Poutiainen, S. H. 2005. Kulttuurista puhetta deittaamisesta. *Puhe ja kieli* 25(3), 123–136.
- Poutiainen, S. H. & Michelle, S. 2018. "Talking" and Tapailla ("Seeing Someone"): Terms for and Ways of Communicating in the Development of Romantic Relationships in the United States and Finland. Teoksessa M. Scollo, & T. Milburn (toim.) *Cultural Discourse Analysis in Situated Contexts: A Tribute to Donal Carbaugh*. New York: Fairleigh Dickinson University Press.
- Priem, J. S., & Solomon, D. H. 2018. What is supportive about supportive conversation? *Communication Research* 45(3), 443–473.
- Rains, S. A., Brunner, S. R., Akers, C., Pavlich, C. A., & Goktas, S. 2017. Computer-mediated communication (CMC) and social support: Testing the effects of using CMC on support outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships* 34(8), 1186–1205.
- Ray, C. D., Manusov, V. & McLaren, R. M. 2018. "Emotional Support Won't Cure Cancer": Reasons People Give for Not Providing Emotional Support. *Western Journal of Communication* 00(00), 1–19.

- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Vastapaino: Tampere, 9–38.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Oriña, M. M. & Grich, J. 2002. Working models of attachment, support giving, and support seeking in a stressful situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(5), 598–608.
- Solomon, D. H. & Knobloch, L. K. 2004. A model of relational turbulence: The role of intimacy, relational uncertainty, and interference from partners in appraisals of irritations. *Journal of Social and Personal Relationships* 21, 795–816.
- Sullivan, K. T. & Davila, J. 2010. *Support Processes in Intimate Relationships*. Oxford University Press.
- Theiss, J. A., & Knobloch, L. K. 2009. An actor-partner interdependence model of irritations in romantic relationships. *Communication Research* 36, 510–537.
- Theiss, J. A., & Solomon, D. H. 2006b. A relational turbulence model of communication about irritations in romantic relationships. *Communication Research* 33, 391–418.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Uchino, B. N. 2009. Understanding the Links Between Social Support and Physical Health. A Life-Span Perspective With Emphasis on the Separability of Perceived and Received Support. *Association for Psychological Science* 4(3), 236–255.
- Vangelisti, A. L. 2009. Challenges in conceptualizing social support. *Journal of Social and Personal Relationships* 26(1), 39–51.

- Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.
- Virtanen, I. 2009. Finnish Supportive Communication: A Qualitative Study on Middle-Aged Singles' Support Seeking. Teoksessa Wilkins, R. & Isotalus, P. (toim.) Speech culture in Finland. University Press of America, 117–138.
- Virtanen, I. 2015. Supportive communication in Finnish men's friendships. Acta Universitatis Tamperensis 2019. Tampere: Tampere University Press.
- Virtanen, I. & Isotalus, P. 2011. The essence of social support in interpersonal communication. European Journal for the Philosophy of Communication 3(1), 25–42.
- Väestöliitto. Sinkkuuden eri puolia, FINSEX-kysely. 2019.
<http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/sinkuille/tietoa-sinkkuudesta/> Viitattu 21.5.2019.
- Weigel, D.J. & Ballard-Reisch, D.S. 2014. Constructing Commitment in Intimate Relationships: Mapping Interdependence in the Everyday Expressions of Commitment. Communication Research 41(3), 311–332.
- Welch, S. A . & Rubin, R. B. 2002. Development of relationship stage measures. Communication Quarterly, 50(1), 24–40.
- Williams, P., Barclay, L., & Schmied, V. 2004. Defining social support in context: A necessary step in improving research, intervention, and practice. Qualitative Health Research 14, 942–960.
- Xu, Y., & Burleson, B. R. 2001. Effects of sex, culture and support type on perceptions of spousal social support: An assessment of the "support gap" hypothesis in early marriage. Human Communication Research 27, 536–566.
- Xu, Y. & Burleson, B.R. 2004. The Association of Experienced Spousal Support With Marital Satisfaction: Evaluating the Moderating Effects of Sex, Ethnic Culture, and Type of Support. Journal of Family Communication, 123–145.

LIITTEET

LIITE 1. Haastattelurunko.

Tuki = lohdutusta, neuvojen antamista, itsetunnon tukemista, kuuntelemista, läsnä olemista

Yleistä

1. Minkä ikäinen olet?
2. Sukupuolesi?
3. Kerro lyhyesti sinun ja tämänhetkisen tapailukumppanisi taustasta. Kauanko olette tapailleet?

Keskinäisen supportiivisuuden tarpeen viestiminen

5. Olet nyt nähnyt tapailukumppaniasi jonkin aikaa ja olette viettäneet aikaa yhdessä. Jos sinua mietityttää jokin tapailuunne liittyvä asia/tunne (positiivinen tai negatiivinen), koetko, että voit puhua siitä tapailukumppanisi kanssa? Miksi ei/kyllä?
6. Liittyen edelliseen kysymykseen: Miten tuot tapailukumppanillesi esille, jos haluat puhua kyseistä asiasta?
7. Mieti hetki tämänhetkistä tapailukumppaniasi. Jos sinulla herää yleisesti ottaen tarve saada häneltä tukea, millä tavalla pyydät sitä?
8. Entä miten olet huomannut toisen ilmaisevan mahdollisia tuen tarpeitaan?
9. Miten yleensä reagoit näihin hänen ilmaisemiinsa tuen tarpeisiin?

Millaista supportiivista viestintää tarvitaan, jotta tapailu etenisi parisuhteeksi

10. Kuinka tärkeää on mielestäsi saada tapailukumppaniltasi tukea tapailuvaiheessa?

11. Millaista tukea tarvitset tapailukumppaniltasi?
12. Miten toivot hänen antavan kuvailemaasi tukea?
13. Jos et saa toivomaasi tukea tapailukumppaniltasi, miten toimit?
14. Entä millainen merkitys sillä on tapailunne kannalta, jos saat tapailukumppaniltasi mielestäsi vääränlaista tai kielteistä tukea?
15. Millä tavalla tapailukumppaniltasi saama tuki mielestäsi vaikuttaa siihen, että tapailunne etenisi parisuhteeksi?

Suhteen syveneminen ja hyvinvointi

16. Tapaillessa toista suhde etenee ja syvenee ihmisillä eri tavoin. Mikä vaikuttaa siihen, että suhteenne mielestäsi syvenee?
17. Koetko, että tapailukumppaniltasi saamallasi tuella on merkitystä suhteenne syvenemisen kannalta? Miksi ei/kyllä?
18. Yleinen oletus ihmissuhteissa pysymiseen liittyen on, että niissä voidaan hyvin. Millainen tapailuvaiheen suhteesi viestinnän/vuorovaikutuksen pitää mielestäsi olla, jotta sinulla on siinä hyvä olla?
19. Onko tapailuvaiheessa ilmennyt jotain, mikä on saanut olosi epämukavaksi?
20. Tuleeko mieleesi jotain muuta, mitä haluaisit lisätä?

LIITE 2. Nettikysely.

Kyselytutkimus tapailuvaiheen tukea antavasta viestinnästä

Tämä kysely on osa pro gradu -tutkielmaa. Vastatessasi tähän kyselyyn annat anonymisti vastauksesi käytettäväksi pro graduani varten. Kyselyssä on olennaisinta, että olet juuri NYT tapailuvaiheessa. Kyselyn avulla tutkitaan eri-ikäisten kokemuksia tapailukumppanilta saadusta tukea antavasta viestinnästä tapailuvaiheessa. Sukupuolellasi, seksuaalisella suuntautumisellasi tai iälläsi* ei ole merkitystä.

Kaikki vastaukset ja pohdinnat juuri SINUN kokemuksiesi valossa ovat lämpimästi tervetulleita. Tutkielman onnistumisen kannalta on toivottavaa, että vastaat jokaiseen lomakkeen kysymykseen. Jos sinulla on kysyttävää, minulle voi laittaa sähköpostia (eleonora.schirmer@tuni.fi) tai muita terveisiä tämän lomakkeen lopussa.

Aurinkoisin terveisin, Eleonora

*Olethan yli 18-vuotias

Seuraavat kolme kysymystä mittaavat tämän kyselyn levinneisyyttä.

Oletko: nainen / mies / muu

Kuinka vanha olet?

18-25 / 26-35 / 36-45 / 46-55 / 56-65 /Yli 65-vuotias

Missä päin Suomea asut? (Kuva Suomen maakunnista)

Tukea antavan viestinnän merkitys tapailuvaiheessa, osa 1/3

1. Olet nyt tapaillut jotakuta jonkin aikaa ja olette viettäneet aikaa yhdessä. Jos sinulla on tullut mieleen tapailuunne liittyen jokin asia/tunne (positiivinen tai negatiivinen), koetko, että voit puhua siitä tapailukumppanisi kanssa?

2. Liittyen edelliseen kysymykseen: Miten tuot tapailukumppanillesi esille, että haluat puhua tästä asiasta?
3. Mieti hetki tämänhetkistä tapailukumppaniasi. Jos sinulla herää tarve saada häneltä tukea, millä tavalla pyydät sitä?

Tukea antavan viestinnän merkitys tapailuvaiheessa, osa 2/3

4. Koetko, että tarvitset tapailukumppaniltasi tukea tapailuvaiheessa? Jos tarvitset/et tarvitse tukea, niin miksi?
5. Millaista tukea tarvitset tapailukumppaniltasi? Miten toivot hänen antavan kuvailemaasi tukea?
6. Kuvittele seuraavanlainen tilanne. Olette tapailleet tapailukumppanisi kanssa jo jonkin aikaa ja sinulta on kysytty, että rupeatteko kohta seurustelemaan virallisesti. Millainen merkitys tapailukumppaniltasi saamallasi tuella on sinulle, kun pohdit vastausta tähän kysymykseen?

Tukea antavan viestinnän merkitys tapailuvaiheessa, osa 3/3

7. Tapaillessa toista suhde etenee ja syvenee eri ihmisillä eri tavoin. Koetko, että tapailukumppaniltasi saamallasi tuella on merkitystä suhteenne syvenemisen kannalta? Miksi ei/kyllä?
8. Yleinen oletus ihmissuhteissa pysymiseen liittyen on, että niissä voidaan hyvin. Mistä hyvinvointisi tapailuvaiheen suhteessa mielestäsi koostuu?
9. Haluaisitko, että nykyinen tapailuvaiheen suhteesi etenisi lopulta parisuhteeksi?